रोगी की सेवा

अपनी और अपने घर की

कृत

ई. एम. हैण्डले साहिबा

जिसका

डाइरैक्टर साहिब बहादुर शिक्षा-विभाग पंजाब

की आज्ञानुसार

पंजाब टैक्स्ट बुक कमेटी के लिये

राय साहिब लाला सोहनलाल

बी. ए., बी. टी.,

सैन्ट्रल ट्रेनिंग कालिज लाहौर ने हिन्दी में

अनुवाद किया

लाहौर.

राय साहिब मुन्शी गुलाबसिंह ऐण्ड सन्ज़,

ऐजूकेशनल पब्लिशर्ज़

सन १९३४ ई०

१००० कापी

[मूल्य ०-७-३

विषय-सूची।

रोगी की सेवा।

अचानक चोट चपेट लग जाना।

आवश्यकता के अवसर

रोगी की सेवा।

पहिला अध्याय।

अच्छी तरह रोगी की सेवा करने के लिये आवश्यक वस्तुएँ, रोगी के लिये कमरे को पसंद करना, चारपाई और बिस्तरा, सफ़ाई, रोगी के कमरे का सामान, वायु का आना जाना॥

अब यह तो मालूम हो गया कि अपने आप को रोग से बचाने के लिये सब से अच्छा उपाय क्या है; परन्तु जब तक हम सब मनुष्यों को अपने स्वास्थ्य को स्थिर रखने के साधन मालूम न हो जाएँ और जब तक इसे स्थिर रखने का यत्न न करें, तब तक हम रोग से पूर्ण रीति से बच नहीं सकते॥

अच्छी तरह रोगी की सेवा करना (Good nursing)—सब बीमारियों में अच्छे डाक्टर की आवश्यकता है; परन्तु यदि हम चाहते हैं कि रोगी जल्दी स्वस्थ हो जाय, तो उसकी अच्छी तरह सेवा होनी भी आवश्यक है।

रोगी की सेवा करने में कई बातें हैं, जैसेः—

(१) रोगी के कमरे को साफ़ और हवादार रखना और गर्मी को ठीक दर्जे पर रखना।

(२) सुखदाई बिस्तरा बिछाना।

(३) पुल्टिस और तरह तरह के लेप आदि अच्छी तरह बनाना।

(४) ठीक समय पर औषधि और भोजन देना।

(५) रोगी के घावों को ध्यान दे कर धोना और मरहम पट्टी करना।

(६) जो बातें डाक्टर से कहने की हों, उनका ध्यान रखना।

(७) फैलने वाले रोगों के बीज नाश करने वाली औषधियां अर्थात् डिसइन्फेक्टैंट (Disinfectants) बर्तना।

(८) कोई ऐसा काम न करना, जिससे रोगी बेचैन या दुखी हो।

रोगी के लिये कमरा पसंद करना—

जब कोई मनुष्य रोगी हो जाए, तो सब से

पहिले एक कमरे को चुनना पड़ता है, जिसमें रोगी को रक्खा जाय, और फिर वहाँ से उन वस्तुओं के सिवाय, जिनकी आवश्यकता हो, सब चीज़ें निकालनी पड़ती हैं। कई लोग रोगी होने पर सोने के कमरे में ही रहने दिये जाते हैं, परन्तु नीरोग होने के लिये यह कमरा प्रायः अच्छा नहीं होता। जो कमरा सब से अच्छा हो, वही रोगी के लिये लाभदायक होता है॥

अच्छा कमरा—लग जाने वाली (Infectious cases) बीमारियों की अवस्था में कमरा—अच्छा कमरा वह है जो बड़ा हो, और रौले गौले वाली सड़क या नौकरों के घरों के पास न हो। बिल्कुल ख़ुश्क हो और सील की बू उसके आस पास न आती हो। उसमें एक अँगीठी हो और खिड़कियाँ हों और बरामदे के ऊपर ऐसे रोशनदान हों, जो बाहिर की तरफ़ खुले हों, और

उसमें रोशनी और ठंडक हो; परन्तु गर्मी या चमक न हो और धूप सारा दिन न रहती हो। यदि रोगी को लग जाने वाला रोग (Infectious disease) हो, तो उसके लिये ऐसे कमरे की आवश्यकता है, जो उन कमरों से, जिन में घर के दूसरे लोग रहते हों, जहाँ तक हो सके, दूर हो। परन्तु रोगी को ऐसे कमरे में, जो बहुत कम काम में आता हो, या बिल्कुल काम में न आता हो, कदापि न रखना चाहिये, जब तक कि उसके सारे दर्वाज़े और खिड़कियाँ ताज़ी हवा आने के लिये खोल न दी गई हों और, यदि वर्षा का या जाड़े का मौसिम हो तो, जब तक उसमें चौबीस या उससे अधिक घंटों तक आग न जलाई गई हो॥

कमरे की सफ़ाई—इसके सिवा कमरे के हर एक कोने में झाड़ू देकर उसको साफ़ किया जाए और यदि उसमें केवल एक बड़ी दरी हो, तो उसे उठा कर दो छोटी छोटी दरियाँ बिछा देनी चाहियें,

जिन में से एक चारपाई के एक तरफ़ और दूसरी दूसरी तरफ़ बिछाई जाय। छोटी दरियों को प्रतिदिन कमरे से उठा कर झाड़ सकते हैं, परन्तु बड़ी दरी जिसके ऊपर चारपाई बिछी हो, बिल्कुल साफ़ नहीं हो सकती ॥

चारपाई—रोगी के लिये सब से उत्तम चारपाई लोहे की चारपाई है, जो लगभग साढ़े तीन फुट चौड़ी होती है और लोहे की तारों से बुनी हुई होती है; परन्तु यदि यह न मिल सके और रोगी को देसी चारपाई लेनी पड़े, तो यह देख लेना चाहिये कि वह नई हो, या कम से कम उसकी निवाड़ बहुत साफ़ हो, और इतनी चौड़ी न हो कि नर्स (Nurse) आसानी से उसकी दूसरी तरफ़ न पहुँच सके। चारपाई को कमरे के बीच में रखने की रीति, जो हिन्दुस्तानियों में है, बहुत अच्छी है; क्योंकि नर्स रोगी की सुध दोनों तरफ़ से ले सकती है। इस लिये रोगी होने की अवस्था में चारपाई का स्थान बदलना आवश्यक नहीं ॥

सब चीज़ों की सफ़ाई—रोगी के कमरे में सफ़ाई बहुत आवश्यक है। इसलिये हमें केवल आरम्भ में ही सब चीज़ें साफ़ नहीं रखनी चाहियें; बल्कि सदा ही रखनी चाहियें॥

बिस्तर—पहिले तो चारपाई बहुत ही साफ़ होनी चाहिये, फिर चादरें और कम्बल भी वैसे ही साफ़ हों। पुरानी रज़ाई जिसको बहुत समय तक ओढ़ते रहे हों, बहुत बुरी चीज़ है; क्योंकि वह पसीने से भरी हुई होती है और साफ़ नहीं हो सकती, वरन् उसमें से बू आती है, जो हानि पहुँचाती है। यदि रज़ाइयाँ ही बर्तनी हों, तो दो होनी चाहियें, एक तो रात के लिये, और दूसरी दिन के लिये; ताकि बारी बारी उन्हें धूप दी जा सके। परन्तु सूती चादरें और ऊनी कम्बल सबसे अच्छे होते हैं; क्योंकि वह गरम भी होते हैं और हल्के भी। प्रायः रोगी अपने शरीर पर किसी भारी वस्तु को सह नहीं सकते, परन्तु यह आवश्यक है कि उनको गरम रक्खा जाए॥

बिछौनों को हवा लगाना—बिछौने के लिये बहुत सी साफ़ चीज़ें रखना बहुत अच्छा है और हर एक चीज़ को, जहाँ तक हो सके, कमरे के बाहिर धूप में लटकाया जाय। बर्सात हो तो आग के सामने; क्योंकि जब कोई रोगी हो जाता है, तो जो पसीना उससे निकलता है, वह स्वास्थ्य को बहुत हानि पहुँचाता है ॥

पसीना—वाटरप्रूफ़ (Water-Proof) अर्थात् मोमजामे की चादरें वे होती हैं, जिन में पानी घुस न सके—हम जानते हैं कि पसीना एक प्रकार का मल होता है और सदा हमारी खाल से निकलता रहता है; इस लिये यदि रोगी को सदा शुद्ध कपड़े और शुद्ध बिछौना न मिलता रहे, तो पसीना उसके शरीर से कभी अलग न होगा, वरन् उन सब चीज़ों में जिन पर वह लेटा रहता है, घुस जायगा और उसके अच्छा होने में बहुत काल लगेगा। बिस्तर के पसीने से कमरे में बदबू आने

लगेगी, चाहे दूसरी चीज़ें उसमें साफ़ ही क्यों न हों। चारपाई और बिछौनों को साफ़ रखने में एक और बात का ध्यान रखना आवश्यक है। वह यह है कि जब रोगी के शरीर में से लहू या पीप बहती हो, तो चादर के नीचे एक और वाटरप्रूफ़ (Water-proof) चादर होनी चाहिये।

यह चादर यदि ठीक जगह पर बराबर बिछाई जाय, तो वह स्वयं चारपाई में किसी चीज़ को सोखने न देगी, परन्तु यदि असावधानी से या दैवयोग से चटाई या निवाड़ का टुकड़ा खराब हो जाय, तो उसे झटपट निकाल देना चाहिये और उसकी जगह नई चटाई या निवाड़ का टुकड़ा बिछाना चाहिये, और पुराने को जब तक खूब साफ़ न कर लिया जाय, कोई न बर्त्ते॥

रोग में मल मूत्र का त्याग—यह याद रखना चाहिये कि सब तरह के मल, जो रोगी के शरीर से निकलते हैं, बहुत शीघ्र सड़ने लगते हैं

और यदि रोगी के पास पड़े रहें तो या तो उससे रोग बढ़ जायगा या और कोई रोग लग जायगा।

एक और बात, जिस पर ध्यान देना चाहिये, यह है कि बिस्तर अच्छी तरह बिछाया जाय, और तकिये इस तरह रक्खे जाएँ, कि उनसे सुख मिले॥

बिस्तर बिछाना—यदि चादर में सलवट पड़ जाएँ, तो वह केवल बुरी ही मालूम नहीं होती; वरन् इससे घाव भी हो जाता है, जिसे बिस्तर का घाव या अँग्रेज़ी में बेड सोर (Bed sore) कहते हैं। परन्तु यदि वह सर्वथा बराबर और साफ़ करके बिछाई जाय, और अच्छी तरह टाँग दी जाय, या उसमें न चुभने वाली पिनें (Safety pins) अच्छी तरह लगा दी जाएँ, तो रोगी आराम से उस पर सो सकता है। हर एक अच्छी नर्स को यह भी देखना ज़रूरी है, कि रात के पहिनने के कपड़े सफ़ाई से उतारे जाएँ और बिछौनों में कोई रोटी का टुकड़ा या कंकर आदि न हो और न कोई

कंकर आदि रात के पहिनने के कपड़ों में अटका हुआ हो ॥

हवा और पानी के बिस्तर—कभी कभी इस प्रयोजन के लिये कि बिस्तर पर लेटा रहने से रोगी की पीठ पर घाव (Bed sore) न हो जाएँ, हवा या पानी के बिस्तर बर्ते जाते हैं। हवा का बिस्तर मामूली तोशक के ऊपर रक्खा जाता है। इसे बिल्कुल भर नहीं देना चाहिये, क्योंकि फिर वह सख़्त और दुःखदाई हो जायगा। सब से अच्छी बात तो यह है कि इसके ऊपर दो छोटे छोटे कम्बल रख दिये जाएँ, फिर साधारण ढंग से बिस्तरा बिछाया जाए। पानी के बिस्तर को पहिले चारपाई पर अच्छी तरह रख दिया जाए, फिर ९० फ़ार्नहीट दर्जे तक गरम किया हुआ पानी उसमें भर दिया जाय। इस बात का ध्यान रखना चाहिये कि यह बिल्कुल न भर जाय। इसकी परीक्षा बिस्तरे पर पहिले आप लेट कर कर लेनी चाहिये। याद रहे कि ऐसे बिस्तरों में पिनें नहीं लगानी चाहियें ॥

चादरें बदलना—जो रोगी बिस्तर पर से उठ न सकता हो, उसकी चादरें बदलते रहना चाहिये। यह इस तरह से करना चाहिये:—

बिस्तर का कपड़ा सब तरफ़ से ढीला कर दो, फिर एक साफ़ चादर को अच्छी तरह से हवा लगवा कर, लंबाई की तरफ़ से आधा लपेट दो। रोगी को पहिले धीरे धीरे उस तरफ़ फिराओ जो नर्स से दूर हो। फिर अंदर की चादर को रोगी की तरफ़ लंबी तरह लपेट दो, साथ ही साफ़ चादर की तह अन्दर की चादर के पास रक्खो और ध्यान से ठीक ठीक बिछाओ। तब रोगी को दोनों लिपटी हुई चादरों के ऊपर से धीरे धीरे करवट दिलाओ, यहाँ तक कि वह शुद्ध चादर पर अच्छी तरह लेट जाय। अब नर्स बिस्तर की दूसरी तरफ़ चली जाय और मैली चादर उठाकर शुद्ध चादर को ठीक ठीक बिछा दे। इस बात का ध्यान रक्खे कि कोई झुर्री या सलवट न रह जाय। यदि ऊपर की चादर भी बदलनी हो, तो यह एक कम्बल के साथ जोड़ कर

यह कम्बल ओढ़ने के शेष कपड़ों पर डाल दिया जाए और चारपाई की दोनों तरफ़ एक एक मनुष्य इस कम्बल और चादर के सिरे दृढ़ता से थामे रहें कि यह चादर सरक न जाए, तब ओढ़ने के पहिले कपड़े मैली चादर समेत नीचे से निकाल लिये जाएँ। यदि इन निकाले हुए कम्बलों में से किसी की आवश्यकता हो, तो वह भी ऊपर लगा दिया जाय।

दोनों चादरें रोगी को नंगा करने के बिना हटाई जा सकती हैं, और यदि कुछ काल तक अभ्यास किया जाय, तो रोगी को हिलना जुलना भी बहुत कम पड़ता है।

कभी कभी रोगी और उसके बिस्तर को साफ़ रखने के लिये ड्रा-शीट (Draw sheet) खिंचनी चादर और वाटरप्रूफ़ (Water-proof) दोनों की आवश्यकता होती है। ऐसी अवस्था में वाटरप्रूफ़ की तीन फ़ुट चौड़ी पट्टी ड्रा-शीट (Drawsheet) के नीचे

बिस्तर के ठीक आर पार रोगी के चूतड़ों के नीचे या और जहाँ कहीं ज़रूरत हो रख देते हैं। ड्रा शीट (Draw sheet) चादर एक ओर से कुछ लिपटी हुई होती है। इसका खुला हुआ भाग रोगी के बिस्तर पर एक किनारे से दूसरे किनारे तक बिछा दिया जाता है। जब रोगी के नीचे का स्थान बहुत अशुद्ध होजाता है और उसे ठंडे शुद्ध स्थान पर लाने की आवश्यकता होती है तो ड्रा-शीट को एक ओर से खेंच लेते हैं। जितना भाग बाहिर आ जाता है, उसे तह करके पलंग की पट्टी के निकट पिन द्वारा नीचे की चादर से अटका देते हैं॥

रोगी के कमरे की चीज़ें—रोगी के कमरे में हर एक चीज़ साफ़ और सुथरी और शुद्ध होनी चाहिए। इस लिये उचित है कि कमरे में बहुत थोड़ी चीज़ें हों अर्थात् केवल वही, जिनकी वास्तव में ज़रूरत हो।

'प्रतिदिन एक या दो बार इन चीज़ों को एक ऐसे कपड़े के साथ जो किसी डिसइन्फ़ेक्टैंट (Disin-

fectant अर्थात् रोग के कीटाणुओं की नाशक औषधि) में भिगोया गया हो, पोंछा देना चाहिये; ताकि मिट्टी न उड़े और इसके साथ रोग के कीटाणु इधर उधर फैल न सकें। ऐसे ही झाड़न के साथ झाड़ देने से कोई लाभ नहीं है, क्योंकि इससे रेत धूल दूर नहीं होती, किन्तु झटपट दूसरी जगह बैठ जाती है। यदि फ़र्श पर झाड़ू देने की आवश्यकता हो तो पहिले उस पर लकड़ी का गीला बुरादा या चाय के पत्ते बिछा देने चाहियें, और फिर झाड़ू दे देना चाहिये॥

(१) दो पक्की मेज़ें। एक चीजें रखने के लिए हो, और दूसरी चारपाई के पास हो, जहाँ से रोगी चीज़ों तक पहुँच सके।

(२) दो या तीन कुर्सियाँ, ताकि डाक्टर और नर्स को रोगी की चारपाई पर बैठने की ज़रूरत न रहे।

(३) रोग घट जाने की अवस्था में एक सोफ़ा या आराम कुर्सी।

(४) एक अलमारी या दराज़ वाली अलमारी।

(५) हाथ मुँह धोने की मेज़ या चौकी।

कमोड (Commode) अथवा पाख़ाने की चौकी या बेडपैन (Bed-Pan) अथवा बिस्तर पर लेटे लेटे पाख़ाना करने का बर्तन केवल आवश्यकता के समय ही अन्दर लाना चाहिये, और रोगी के पाख़ाना हो चुकने पर सीधा बाहिर ले जा कर ख़ाली कर देना चाहिये। इसे साबून, पानी और डिसइन्फेक्टैंट अथवा बदबू दूर करनेवाली दवाइयों से धो देना चाहिये, ताकि वह बहुत ही साफ़ रहे। जिस कमोड पर रोग़न चढ़ा हुआ हो या जो पालिश की हुई लकड़ी का बना हुआ हो, वह रखना सबसे अच्छा है, क्योंकि सादी लकड़ी में मैल और बू घुस जाती है।

जिस कमरे में केवल यही चीज़ें होंगी, वह बहुत साधारण सा बेशक मालूम होगा; परन्तु यदि रोगी सुन्दर चीज़ें देखना चाहता हो, तो कुछ सजावट बढ़ा देने में हर्ज नहीं है॥

ऊनी पर्दे—बीमार के कमरे में ऊनी पर्दे लगाना अच्छा नहीं, क्योंकि उनमें मैल, धूल, रेत और विष या छूत के रोगों के बीज इकट्ठे हो जाते हैं, और उनमें से बदबू आने लगती है; परन्तु यदि सूती या मलमल के पर्दे लटकाए जाएँ, तो कुछ हानि नहीं और उनसे कमरा सुन्दर दिखाई देने लगेगा॥

तसवीरें—तसवीरें भी लटकाई जा सकती हैं; परन्तु यदि कमरे में फूल लाए जाएँ, तो उनको कुछ घंटों से अधिक न रखना चाहिये और केवल ताज़ा फूल ताज़ा पानी में रखने चाहियें॥

हवा का आना जाना—रोगी के कमरे को साफ़ सुथरा और ठीक ठीक रखने के सिवा एक और बात भी है, जो इन सबसे अधिक आवश्यक है। वह यह है कि उसे खूब हवादार रक्खें और उसमें सदा ताज़ी हवा भरी रहे। रोगी के कमरे की हवा ऐसी ही ताज़ी और खुश्क होनी चाहिये, जैसी कि घर के बाहर की; और यदि कोई मनुष्य रोगी के

कमरे में जाय और मालूम हो कि उसमें बू आती है, या साँस अच्छी तरह नहीं लिया जा सकता, तो जान लो कि उसमें हवा काफ़ी आती जाती नहीं है। यह लिखा जा चुका है कि यदि कमरे में हवा के आने जाने का प्रबन्ध ठीक न हो, तो वह विषैली हो जाती है। इसी प्रकार यदि रोगी के कमरे की हवा चलती न रहे, तो वह धीरे धीरे उस बेचारे रोगी के लिये, जिसे वहाँ साँस लेना होता है, विष के समान होती है; और रोगी के सेवकों को भी हानि पहुँचाती है ॥

दूध पीने वाले बच्चों और उनकी माताओं पर बुरी हवा के असर—बुरी हवा वह विष है, जिस से बहुत सी हिन्दुस्तानी स्त्रियाँ और उनके दूध पीते बच्चे मरते हैं; क्योंकि रीति यह है कि जब बालक पैदा होता है, बेचारी मां को ऐसे कमरे में बंद कर देते हैं, जहाँ एक दर्वाज़ा भी खुला नहीं रह सकता। इस पर भी बहुत से पड़ोसी और सम्बन्धी वहाँ आकर इकट्ठे हो जाते हैं। जब दूध पीने वाले बच्चे और उनकी माएँ मर जाती हैं,

तो कई लोग कहा करते हैं, कि प्रारब्ध से मर गए; परन्तु डाक्टरों को इससे अधिक ज्ञान है। वे जानते हैं कि विषैली हवा या आस पास की गंदगी और मैले कुचैले नौकरों ने उनको मार दिया है। उन सब मनुष्यों को जो स्वास्थ्य के नियमों को जानते हैं, मालूम होना चाहिये कि यह रिवाज कैसा बुरा है, और दूध पीने वाले बच्चों और उनकी माओं को उनके फेफड़ों में साँस के लिये विषैली हवा देना मानो उनको विष देना है।

शुद्ध हवा प्राप्त करने का केवल यही उपाय है कि कम से कम एक खिड़की सदा खुली रहे, जो रात या दिन के समय कभी बंद न की जाय; क्योंकि यह बात स्मरण रखनी चाहिये कि जब तक मनुष्य पूरी तरह हवा के झोंके के सामने न हों, उनको सोते समय या योंही ज़ुकाम नहीं होता। यदि कमरे में कोई खिड़की न हो, केवल एक दरवाज़ा ही हो, जैसे प्रायः हिन्दुस्तानी स्त्रियों के रहने के घर होते हैं, तो याद रक्खो कि वह सदा खुला रहे

और इस दरवाज़े में बहुत से स्त्री पुरुष बैठे या खड़े न होवें; क्योंकि ऐसा करने से हवा के आने जाने का रास्ता बंद हो जाता है ॥

सरदी की ऋतु में हवा का प्रबन्ध—यदि रोगी के कमरे के धुएँ के निकलने के लिये कोई चिमनी या अँगीठी हो, तो उसमें सरदी की ऋतु में आग जलाए रखना विशेष करके उत्तरी हिन्दुस्तान में बड़ी बात है। परन्तु यदि चिमनी न हो तो आग कदापि नहीं जलानी चाहिये। और न रोगी के कमरे में कभी कोयले की अँगीठी आदि लानी चाहिये, चाहे वह पुलिटस बनाने के लिये हो या भोजन बनाने के लिये या गरमाई के लिये। कोयले का धुआँ बहुत ही विषैला होता है और बंद या छोटे कमरे में बहुत हानिकारक होता है ॥

दूसरा अध्याय।

पुल्टिस बनाना। अलसी, रोटी, चोकर और कोयले की पुल्टिसें। जाकट की शकल की पुल्टिस। लगाने और उतारने की रीति। गरम खुश्क सेंक।

रोगी के कमरे का प्रकाश, सफ़ाई और छोटी छोटी बातों में उसे भली भाँति शुद्ध रखने के सिवाय अच्छी नर्स के लिये, जैसा कि हमने पहले कहा है जरूरी है कि वह पुलिटस (Poultice) बनाने और लेप करने में डाक्टर की आज्ञा का पालन कर सके; उत्तम पुलिटस बना सके, सेंक कर सके और छाला पैदा करने वाली वस्तुओं को भली भाँति लगा सके। इसमें से प्रत्येक काम के करने की उत्तम रीति भी है और बुरी भी, जैसाकि और हर एक काम के करने की उत्तम रीति भी है और बुरी भी॥

पुलिटस (Poultice) **का लाभ**—पुलिटस को इसकी गरमी और गीलेपन के कारण सूजन को

रोकने, पीड़ा को घटाने और पीप आदि मल निकालने में सहायता देने के लिये लगाते हैं और यदि भली भाँति बनाई जाय, तो जिस प्रयोजन के लिये वह लगाई जाती है, वह सिद्ध हो जाता है; नहीं तो लाभ तो क्या, उलटी हानि होती है।

पुल्टिस अधिकतर शरीर के ऐसे भाग पर जो घाव रहित हो, गरमी पैदा करने के लिये लगाई जाती है। कभी कभी घावों पर लगाते हैं, परन्तु यह उपाय अब पहले की अपेक्षा घट गया है। अब इस की जगह विष नाशक लोशन या पट्टी जिसे औषधि में डाल कर रोग के बीजों से शुद्ध कर लिया हो और जो कभी कभी वाटर प्रूफ़ (Water-proof) झिल्ली से भी ढकी हुई होती है, बर्ती जाती है॥

चीज़ों का तैयार करना—जब पुल्टिस बनानी हो, तो प्रत्येक वस्तु, जिसकी आवश्यकता हो, अर्थात् खौलता हुआ पानी, धात या चीनी का पियाला, चमचा, चौड़े फल का चाकू, साफ़ कपड़े का टुकड़ा

और पिसी हुई अलसी, रोटी, लकड़ी का कोयला जिसकी पुल्टिस बनानी हो, तय्यार रक्खो। फिर पुल्टिस बनाने से पहिले सब वस्तुओं को गरम कर लो। पियाला जिसमें पुल्टिस बनानी हो, चमचा या चाक़ू, जिस से उसे हिलाना हो, और फ़लालैन का चीथड़ा, जिस पर उसे रख कर लगाना हो, इन सब को गरम कर लो, थोड़ा गरम नहीं, वरन् भली भाँति गरम करलो।

पिसी हुई अलसी की पुल्टिस (Linseed meal poultice)—यदि पिसी हुई अलसी की पुल्टिस बनानी हो, तो पहले बरतन को खौलते हुए जल से शुद्ध करलो। वह जल फेंक दो, और उसमें और इतना जल डालो, जिससे पुल्टिस बनाई जा सके। जल वास्तव में खौलाव के दर्जे पर खुदबुदा रहा हो, नहीं तो जो पुल्टिस इससे बनेगी, वह न गरम होगी, न हल्की। पियाले में जल डालते ही एक हाथ में चाक़ू ले लो और दूसरे हाथ से थोड़ी सी पिसी हुई अलसी डालो, और चाक़ू से जल्दी जल्दी

और केवल एक ओर उसे हिलाते रहो, और जब वह मिल कर गाढ़ी हो जाय, तो लोंदे का लोंदा निकाल लो, और फ़लालैन, या कागज़ के टुकड़े पर बहुत जल्दी एक सार फैलाओ, और सब तरफ़ लग भाग एक इंच ख़ाली जगह रहने दो ।

जब पुलिटस फैला चुको, तो ख़ाली भाग को भीतर मोड़ दो ताकि पुलिटस ठीक फैल जाय ।

यदि पुलिटस फैलते समय उसमें चाकू चिपक जाय, तो उसे गरम जल में डुबो लो और झटपट निकाल लो। यह काम बड़ी फुर्ती से करना चाहिये।

गाढ़ी पुलिटस में पतली की अपेक्षा गरमी चिर काल तक रहती है; परन्तु यदि रोगी पुलिटस न सह सके, तो पतली पुलिटस लगाओ और उसके ऊपर थोड़ी सी रूई लगादो ॥

फेफड़ों के लिये पुलिटस (Poultice for the lungs)—फेफड़ों की सूजन या किसी और भीतर की सूजन में अलसी को फ़लालैन या छींट की

थैली में डालते हैं। यदि ऐसी थैली हो, कि जिस के भीतर तो मलमल हो और बाहिर फ़लालैन या मैकिंटोश (मोमजामा), तो और भी अच्छा होगा ॥

चिपकने को कैसे रोकें—परन्तु यदि पुल्टिस को किसी घाव पर इस प्रकार रखना हो, कि चमड़े को भी छूती रहे और चिपक भी न जाय, तो जल में एक छोटा चमचा भर के ग्लिसरीन डाल देना अच्छा रहेगा। पुल्टिस को उचित स्थान पर रखने के लिये सदैव फ़लालैन की पट्टी बाँधना सब से उत्तम है, क्योंकि इससे उसकी गरमी बनी रहती है।

पुल्टिस ज़रा भी ठंडी हो जाय, तो उसे झटपट बदल देना चाहिये; परन्तु ठंडी पुल्टिस उतारने से पहिले गरम पुल्टिस तय्यार रखना चाहिये।

अभ्यास की आवश्यकता—जैसे प्रत्येक दूसरे काम में अभ्यास की आवश्यकता है, ऐसे ही

पुल्टिस बनाने में भी है; क्योंकि यद्यपि इसका बनाना सुगम प्रतीत होता है, तो भी वास्तव में गरम, भली भाँति मिली हुई और हलकी पुल्टिस बनाना कोई सुगम काम नहीं है। फिर भी उसका बनाना प्रत्येक पुरुष को आना चाहिये, इस लिये किसी रोगी को आधी ठंडी या बुरी बनी हुई पुल्टिस से दुःख देने की जगह कुछ अलसी ख़रीद कर कई बार पुल्टिसें बना लें तो इससे बड़ा लाभ होगा ॥

जाकट पुल्टिस (Jacket poultice) **इस के लिये थैलियाँ कैसे बनानी चाहियें**—जिस पुल्टिस का भली भाँति बनाना सब से अधिक कठिन है, वह जाकट पुल्टिस है; इस से छाती को सब ओर से ढका जाता है। प्रायः एक लंबे टुकड़े में जिस के सिरों को एक दूसरे से बाँध देते हैं, बनाई जाती है; परन्तु जब तक किसी पुरुष को केवल उत्तम पुल्टिस बनाना ही नहीं, वरन् उसे

ध्यान से लगाना और जल्दी से बदलना भी न आता हो, तब तक सब से अच्छी बात यह है कि पुल्टिस दो टुकड़ों में बनाई जाय और इस काम के लिये दो बड़े थैले बना लो, एक तो फलालैन का पीठ के लिये, दूसरा छाती के लिये, जो चिकने रेशम और मलमल का बना हुआ हो। ये इतने बड़े हों कि रोगी की बाहों के नीचे आकर एक दूसरे से मिल जाएँ, और इनके सिरों पर दोनों तरफ़ तीन स्थानों पर डोरे लगे हुए हों, जिनमें से नीचे के दो डोरे दोनों बाहों के नीचे बगल के पास बाँध देने चाहियें और ऊपर के डोरे प्रत्येक कंधे के ऊपर।

हर एक थैली की एक तरफ़ दूसरी तरफ़ की अपेक्षा एक या दो इंच लंबी हो, जो लौट (Flap) का काम दे सकें, ताकि जब उसके भीतर पुल्टिस भर दी जाय, तो उसको उस पर पलट कर टाँक दिया जाय। जब थैले तय्यार हो जाएँ, अर्थात् जब प्रत्येक थैला तीन ओर से सिल जाय, और डोरे लगा दिये जाएँ, तो फलालैन के थैले में गाढ़ी गरम

पुल्टिस भर दो और लौट (Flap) को जल्दी से बंद कर दो, और उसके नीचे मोमजामे का एक टुकड़ा रख दो और उसे उस बिस्तर पर रख दो, जिस पर रोगी को लेटना हो ॥

पुल्टिस जाकट का पहनाना (Putting on jacket poultice)–इसके पश्चात् मलमल का थैला भरने के लिये और पुल्टिस बनाओ, परन्तु यह पतली होनी चाहिये; क्योंकि इसको सीने पर रखना होगा। जब दोनों पुल्टिसें रख चुको, तो दोनों थैलों को एक दूसरे से पक्की तरह बाँध दो और ऊपर की पुल्टिस पर औषधि से शुद्ध की गई (Medicated) ऊन की एक मोटी तह रख दो और उस पर इकहरा चिकना रेशम रख कर नीचे की पुल्टिस से धीरे धीरे सी दो। स्मरण रहे कि औषधि युक्त ऊन और चिकना रेशम हल्का होने के कारण छाती की पुल्टिस की गरमी स्थिर रखने के लिये सब से उत्तम वस्तु है ॥

रोगी को थकान से बचाना—जो पुल्टिसी जाकट इस प्रकार बनाई जाए, उसका बड़ा लाभ यह है कि उससे रोगी की बहुत सी थकान हट जाती है; क्योंकि नीचे की पुल्टिस इतनी जल्दी ठंडी नहीं होती, जितनी कि ऊपर की; इसलिये जब छाती की पुल्टिस दो बार बदल ली जाय, तो पीठ की केवल एक बार बदलनी चाहिये ॥

राई की पुल्टिस (Mustard Poultice)—जब राई की पुल्टिस बनाने की आवश्यकता हो, तो यों करना चाहिये कि एक भाग शुद्ध राई और एक भाग अलसी का आटा लिया जाय या एक भाग शुद्ध राई और दो भाग अलसी का आटा।

पहिले राई को अलग लेकर उसमें बहुत सा गरम जल मिला लो। फिर उसमें अलसी का आटा डालते जाओ, और मिलाते जाओ ॥

रोटी की पुल्टिस (Bread Poultice)—रोटी की पुल्टिस, जो मुख, नेत्रों वा हाथों के छोटे

छोटे रोगों के लिये बनाई जाती है, एक या दो प्रकार से बनती है।

एक तो इस प्रकार से कि थोड़ी सी बासी रोटी लेकर उसका चूरा करलो, और एक भली भाँति गरम किये हुए पियाले में खौलता हुआ जल डाल कर उसे इस प्रकार डालो, जैसे अलसी को डालते हैं। इसे एक रकाबी से ढक दो और कुछ मिनटों तक उसे आग के पास रक्खो और यदि बहुत पतली हो, तो कपड़े या पट्टी पर लगाने से पहिले उसे दबा कर पानी निकाल दो।

रोटी की पुल्टिस में गरमी इतने समय तक नहीं रहती, जितने समय तक और पुल्टिसों में रहती है; इसलिये उस पर रूई रख देनी चाहिये; क्योंकि सख़्त और ठंडी पुल्टिस लगाने से पुल्टिस का न लगाना ही अच्छा है॥

बूरे या चोकर की पुल्टिस (Bran Poultice)—कभी कभी बूरे की पुल्टिस हल्की होने के

कारण लगानी पड़ती है। यह सुगमता से इस प्रकार बन सकती है, कि एक फलालैन की थैली को चोकर से आधा भर लो, और उसका मुँह बंद करके उस पर खौलता हुआ जल डालो। इसके पश्चात् ऐसी पुल्टिस को निचोड़ना होगा, इस लिये जल डालने से पहले पुल्टिस उठाने के लिये एक कपड़ा और एक खपाची तय्यार रखनी चाहिये ॥

लकड़ी के कोयले की पुल्टिस (Charcoal Poultice)-जिन घावों में से बड़ी दुर्गन्धि आती हो, उनके लिये कभी कभी कोयले की पुल्टिस बनाते हैं। यदि वह स्थान बहुत कोमल न हो, तो या तो पिसे हुए कोयले को अलसी में मिला लेते हैं या साधारण अलसी की पुल्टिस पर पिसा हुआ कोयला छिड़क देते हैं; परन्तु यदि घाव का स्थान बहुत कोमल हो, तो छटाँक भर रोटी के टुकड़ों को कुछ मिनटों तक खौलते हुए जल में भिगो लेते हैं और पाव छटाँक कोयले को पौन छटांक अलसी में मिला कर उसमें डालते हैं और हिलाते रहते हैं;

तब वह बिल्कुल नर्म हो जाता है। फिर पुल्टिस बाँधने से ज़रा पहिले थोड़ा सा बारीक और पिसा हुआ कोयला उस पर डाल देते हैं॥

पुल्टिसों का बाँधना । घावों के लिये पुल्टिसें । भीतर की सोज के लिये पुल्टिसें—सब प्रकार की पुल्टिस बाँधने में सदैव यह स्मरण रखना चाहिये, कि पहिले उसका एक सिरा धीरे से रक्खो, और बाकी फिर धीरे धीरे रक्खो। किसी पीड़ा दायक घाव पर ऐसी गरम पुल्टिस के, जिसमें से भाप निकल रही हो, एकदम लगा देने से कुछ लाभ नहीं होता; क्योंकि दस में से नौ अवस्थाओं में तो यह असह्य होने के कारण अवश्य उठानी ही पड़ती है। परन्तु यदि उसे उस स्थान के पास थोड़े समय तक रख कर फिर धीरे धीरे लगा दें, तो जलन के स्थान में कुछ शान्ति प्रतीत होगी। प्रायः घाव, जलन, फोड़े और कारबंकल के लिये अलसी या रोटी की पुल्टिस की आवश्यकता होती है,

जो पीड़ित अंग को छूती रहे। परन्तु जब पुल्टिस ऐसे स्थान पर लगानी हो, जहाँ सोज बहुत भीतर तक चली गई हो अथवा किसी भीतर के अंग, जैसे फेफड़ों वा अन्तड़ियों आदि पर, जहाँ लहू जम गया हो, तो उसे नंगे चमड़े पर नहीं रखना चाहिये; वरन् पुल्टिस और चमड़े के बीच में कोई वस्तु, जैसे फ़लालैन का मोटा टुकड़ा, जिस में गरमी भली भाँति प्रवेश नहीं करती, रख देना चाहिये। यदि ऐसा किया जाय, तो भबकती हुई गरम पुल्टिस रख सकते हैं, और गरमी धीरे धीरे चमड़े तक पहुँचेगी, जिस से कुछ कष्ट प्रतीत न होगा ॥

पुल्टिसों का बदलना—पुल्टिस के बदलने में भी बहुत सावधानता चाहिये। जब पुल्टिस की गरमी, गीलापन और नरमी जाती रहे, तो उसी समय उसे बदल देना चाहिये। पुल्टिस उतारने की उत्तम रीति यह है कि ऊपर से उतारनी आरम्भ करें और ज्यों ज्यों नीचे को आते जाएँ, उसे भीतर की ओर लपेटते जाएँ, ताकि रोटी या अलसी

बिछौने के इधर उधर न गिरे। जब पुलटिस उठाई जाय, तो जब तक ताज़ी पुल्टिस न आए, उस भाग को स्पंज से धो डालना चाहिये और उसके ऊपर हल्का कपड़ा देकर ढक देना चाहिये॥

घाव अच्छा होजाने के पश्चात् करने योग्य बातें—जब पुल्टिस बाँधने की आवश्यकता न रहे, तो उस स्थान पर कुछ काल तक फ़लालैन की पट्टी, स्पंज्योपिलिन (Spongiopiline) वा धुनी हुई रूई रखनी चाहिये, ताकि एकदम बदली से ठंड न लग जाय॥

गरम बोतलें, रेत की पोटलियाँ आदि—कभी कभी केवल गरमी की आवश्यकता होती है और गीलेपन की नहीं। इस अवस्था में या तो शीशे की बोतल या टीन के किसी बर्तन में गरम जल भर कर और उस पर काक लगा कर उसे फ़लालैन में लपेट कर पाँव, पेट, या जिस स्थान पर बताया जाए लगाते हैं या किसी चपटी खपरैल या सलेट को

गरम कर लेते हैं और फ़लालैन में लपेट कर लगाते हैं, या यह कि किसी फ़लालैन की थैली या पुरानी जुराब में रेत या बूरा डालते हैं और उसे किसी देगची या भाड़ में गरम करके लगाते हैं। इस बात का विशेष ध्यान रखना चाहिये, कि बहुत छोटे बच्चों, या बहुत बूढ़ों वा जलन्धर (dropsy) या अधरङ्ग (एक रोग जिस में अंगों में चेतनता नहीं रहती) के रोगियों या बेहोश मनुष्यों या अत्यन्त पीड़ा से आतुर रोगियों के शरीर पर छाला न उठाया जाय, न सोज उत्पन्न की जाय। बहुत बार ऐसे पुरुषों में भी जो देखने में नीरोग प्रतीत होते थे, यह देखने में आया है कि उनके शरीरों को गरम बोतलें आदि इस असावधानी से बिना उचित बचाव के लगाई गईं कि चमड़े को बहुत हानि पहुँची, वरन् मृत्यु तक हो गई। इन गरम खुश्क सेंकों से बड़ा लाभ होता है, विशेष करके गंठिये में; क्योंकि वे जोड़ के रूप के अनुकूल जल्दी ही हो जाते हैं और उनमें गरमी चिर काल तक रहती है॥

तीसरा अध्याय।

टकोर। राई का पलस्तर, छाले उठाना, जोंकें, ठंडक पैदा करने वाले लोशन, बरफ़ रखना, भपारे या धूनी॥

पीड़ा और सूजन को दूर करने के लिए कभी पुलिटसों के अतिरिक्त और क्रियाएँ भी बताई जाती हैं, जैसे सेंक करना, छाले उठाना, या जोंकें लगाना। यदि ये भली भाँति की जाएँ, तो इनसे लाभ और सुख प्राप्त होता है; परन्तु यदि ऐसा न किया जाय, तो फल उलटा भी होता है। भली भाँति रोगी की सेवा यही है कि रोगी के कमरे की प्रत्येक छोटी से छोटी बात का ध्यान रक्खें, और विशेष करके उन बातों का, जिन का वर्णन हम अब कर रहे हैं॥

टकोर (Fomentations)—सेंक भली भाँति करने के लिये सूती फ़लालैन के दो टुकड़े, बहुत सा खौलता हुआ जल, टीन का एक बड़ा बरतन या टब या बाल्टी और निचोड़न, यह वस्तुएँ चाहिएँ॥

निचोड़न (Wringer)–निचोड़न दुसूती का केवल एक मज़बूत टुकड़ा होता है, जिसके दोनों सिरों पर चौड़ी संजाफ़ या मग़ज़ी लगी हुई होती है, और उसमें बाँस की दो खपाच्चियाँ आर पार डाल देते हैं ॥

सेंक के लिये फ़लालैन–सेंक तय्यार करने के लिये निचोड़न को टब या बाल्टी पर फैला देते हैं। फलालैन का एक सीधा टुकड़ा लेकर उसे दोहरा करके यथेष्ट लंबाई चौड़ाई का फाड़ लेते हैं, और निचोड़न पर रख कर उस पर खौलता हुआ जल डालते रहते हैं, यहाँ तक कि वह उसमें भली भाँति समा जाय। फिर खपाच्चियों को आमने सामने की तरफ़ में बल देते हैं, यहाँ तक कि फ़लालैन नुचड़ कर इतनी खुश्क हो जाती है, जितनी हो सकती है, और फिर उसको रोगी के उस स्थान पर, जहाँ सेंक देना हो, रख देते हैं। पुलिटस के समान इसे भी रूई से ढक देना चाहिये,

और निचोड़न आदि को दूसरे सेंक के लिये तय्यार रखना चाहिये। यदि सेंक करने का यह प्रयोजन हो कि कठिनाई से श्वास लेने वाले को शान्ति मिले, तो उसे गले पर रखना चाहिए, जैसा कि हब्बे डब्बे (Croup) (एक प्रकार का गले का रोग होता है, जो प्रायः बालकों को हो जाता है) में किया जाता है, नहीं तो छाती पर रखना चाहिए।

स्पंज (Sponge) इस काम के लिये स्पंज या स्पंज्योपिलिन, जिस के एक ओर छिद्र होते हैं और दूसरी ओर रोग़नी होती है, बहुत ही उत्तम है; परन्तु यदि यह न मिल सके, तो उसकी जगह दो बड़े स्पंज, जिन्हें खौलते हुए जल में निचोड़ लिया जाय, भली भाँति काम दे सकते हैं। वे बहुत हलके होते हैं, इस लिये और भी उपयोगी होते हैं॥

तारपीन (Turpentine) तारपीन या अफ़ीम का सेंक भी ठीक उसी प्रकार बनाते हैं,

जैसे साधारण गरम सेंक।। इसमें विशेषता केवल यह होती है कि फ़लालैन या स्पंज्योपिलिन पर, जब वह सेंक के लिए तय्यार हो जाय, थोड़ा सा तारपीन का तेल या अफ़ीम का सत डालते हैं; परन्तु तारपीन के सेंक में विशेष सावधानता की आवश्यकता है, क्योंकि यह औषधि बहुत तेज़ है, और यदि भली भाँति न सेंकी जाय, तो छाले पड़ जाते हैं, जिन से बहुत कष्ट होता है। उचित तो यह है, कि फ़लालैन पर, जिसे गरम जल से धो कर निचोड़ लिया हो, तारपीन का तेल छिड़क दिया जाय॥

जलन का दूर करना—यदि इससे जलन बहुत उत्पन्न होजाय, तो एक सन या सूफ़ के टुकड़े को ज़ैतून या सालाद (salab) साग के तेल में भिगो कर उस स्थान पर रख दें, तो झट पट शान्ति हो जाती है॥

नीम के पत्ते—नीम के पत्तों का सेंक, मोच आदि में प्रायः गुणकारी होता है। इसके बनाने

की सब से उत्तम रीति यह है कि पत्तों को उबाल कर नीम का जल फ़लालैन पर छिड़कें ।

सेंक को हटा लेने के पश्चात् चमड़े को ख़ुश्क कपड़े से साफ़ और ख़ुश्क कर देना चाहिये। फिर उसी स्थान को थोड़ी सी रूई या फ़लालैन के कपड़े से ढाँप देना चाहिये ॥

राई का पलस्तर–(Mustard Plaster) सूजन या जलन को जल्दी दूर करने का एक और उपाय यह है कि या तो राई का पलस्तर लगाते हैं अथवा छाला डालते हैं; नहीं तो जोंकें लगाते हैं। पलस्तर के लिए राई में शीतल जल मिलाना चाहिये, यहाँ तक कि उसकी लेई सी बन जाय, और उसको किसी चीथड़े या भूरे काग़ज़ पर पतली पतली परन्तु एक रस तह बिछा देनी चाहिये ॥

राई का पलस्तर लगाना–यदि रोगी का चमड़ा बहुत कोमल हो, तो पलस्तर पर चमड़े के

पास पतला काग़ज़ (Tissue Paper) या बारीक मल-मल रख देनी चाहिये। यदि पलस्तर गले या छाती पर लगाना हो, तो उसे फ़लालैन या ऊन से भली भाँति ढक देना चाहिये, ताकि जो भाप या धुआँ राई से निकले, नाक या मुँह में न जाय और फेफड़ों में जलन न उपजाय। यह भी स्मरण रहे कि जितने काल तक पलस्तर रखने को डाक्टर कहे, उससे एक मिनट भी अधिक न रखना चाहिये।

जलन दूर करना—यदि पलस्तर बहुत देर तक लगा रहे, या चमड़े में जलन चिरकाल तक रहे, तो उस स्थान पर थोड़ा सा आटा या फुलर की मिट्टी (Fuller's earth) या गुलाब डाल देना चाहिये। सरसों के पत्ते का भी वही असर होता है, जो राई के पलस्तर का, बरन् पत्ता बहुत साफ़ और शान्ति दायक और सब प्रकार से उत्तम होता है; क्यों-कि इसे लगाने से पहले केवल थोड़े सेकंड तक जल में भिगोने की आवश्यकता होती है, परन्तु इसका

सदैव मिलना असंभव है। इसलिये साधारण पलस्तर का बनाना जानना उचित है ॥

छाले उपजाने वाले पदार्थ (Blisters)

इनके लगाने की रीति, बहने वाली वस्तुएँ जो छालों में से निकलें—छाले उपजाने वाले पदार्थों (Blisters) को जिन का फल पलस्तर की अपेक्षा देर में होता है, नियत स्थान पर लगाने में, जहाँ डाक्टर बताए, बहुत सावधानी प्रयोजनीय है; क्योंकि यदि छाला रुग्ण अंग के बहुत पास हो, तो लहू जम जाने के कारण लाभ के बदले हानि होगी। यदि छाला उपजाने वाली औषधि पतली हो, तो उसे ऊँट के बालों के बुर्श से बड़ी चतुराई और सावधानता से लगाना चाहिये। यदि वह साधारण पलस्तर हो, तो उसे अग्नि के सामने रख कर या गरम जल से भरे हुए बरतन पर रख कर गरम कर लेना चाहिये, और जब उस स्थान पर रख दिया जाय, जहाँ लगाना हो, तो इस विचार से कि

वह उस स्थान से न सरके, वहाँ पट्टी बाँध देनी चाहिये । परन्तु डायाकाईलन (Diachylon) (एक प्रकार का पलस्तर होता है) पलस्तर से न चिपकाना चाहिए; क्योंकि इससे छाला उठने के समय व्यर्थ कष्ट होगा । छाला उपजाने वाली औषधि दस बारह घंटे लगी रहनी चाहिये, परन्तु छाला जोड़ के स्थान पर कभी नहीं उठाना चाहिये और यदि छाला डालने वाली औषधि पतली हो, तो पहले जैतून के तेल से रोग के स्थान के आस पास एक घेरा खेंच लेना चाहिये । छाला उपजाने वाली औषधि को उतारने के लिये उसे दोनों किनारों से धीरे धीरे बीच में लाओ और यदि डाक्टर ने बताया हो कि पलस्तर में छिद्र कर दिया जाय, तो ध्यान रक्खो कि बहने वाली वस्तु, जो उसमें से निकले, चमड़े पर न रहे । इसके पोंछने के लिये या तो एक स्पंज जो गरम जल में निचोड़ा हुआ हो या कतान के पुराने कोमल कपड़े का एक साफ़ सा टुकड़ा तय्यार रक्खो । कभी कभी छाले वाले भाग पर पुलिटस

लगा कर पट्टी बाँधनी पड़ती है, परन्तु सब अवस्थाओं में डाक्टर की आज्ञानुसार काम करना अत्यावश्यक है ॥

जोंकें (Leeches) और उनके लगाने की रीति—जब जोंकें लगाने के लिये कहा जाय, तो पहिले इस बात का निश्चय कर लेना चाहिये कि वे किसी ऐसे पुरुष को न लग चुकी हों, जिसे उड़ना रोग हुआ हो; दूसरे उन्हें लगाने में बड़ी सावधानता आवश्यक है, अर्थात् उन्हें ठीक वहीं लगाना चाहिये जहाँ डाक्टर बताए; क्योंकि डाक्टर यह कदापि न बताएगा कि उन्हें हृदय की ओर रुधिर ले जाने वाली नाड़ियों में से किसी एक के पास लगाया जाय, वरन् उसे सदैव हड्डी के ऊपर लगाया जाय। उस स्थान के चमड़े को, जहाँ जोंकें लगानी हों, सदैव पहिले गरम जल से धो डालना चाहिये। फिर उस स्थान पर जोंकें लगा कर सहारे के लिये उनके ऊपर या तो एक छोटी सी डिबिया रखते

हैं या चमड़े पर सियाहीचूस कागज़ का एक ऐसा टुकड़ा रखते हैं, जिस पर एक या अनेक छिद्र उन चिह्नों पर लगाए गए हों, जहाँ जोंकें लगानी बताई गई हैं और उस पर जोंक को शराब की पियाली या शीशे के गिलास से दबाए रखते हैं। यदि जोंकें मुख के भीतर लगानी बताई हों, तो जब वे लगाई जाएँ, उन्हें शीशी में रखना चाहिये, ताकि एका एकी होजाने वाली घटना का भय न रहे, जैसा कि जोंकों के निगलने का। परन्तु यदि किसी कारण जोंक नाक, मुख या आमाशय में चली जाय, तो उसे बहुत से लवन और जल से निकाल सकते हैं॥

जोंकों से कटाने के लिये क्या उपाय करना चाहिये—यदि जोंकों से कटवाने में कठिनाई हो, तो चमड़े पर शक्कर और जल या गरम दूध या नर्स की अंगुली से थोड़ा सा लहू ले कर लगा देना चाहिये; परन्तु प्रायः उनकी पूँछ में

चुटकी भरने या उन्हें धीरे धीरे उठाने का यत्न करने ही से वे काटने लगती हैं ॥

जोंकों को उतारना या दूर करना—जब जोंकें काफ़ी लहू पी लें और अपने आप न गिरें, तो उनके सिर पर थोड़ा सा लवन छिड़क देना चाहिये, तब वे झटपट उतर जायेंगी। जोंकों को घसीट कर नहीं उतारना चाहिये; क्योंकि संभव है कि उनके दाँत रोगी के चमड़े में रहजाएँ, जिन से कदाचित् बहुत सा लहू निकल जाए। बहुत सी अवस्थाओं में अँगुली से या भीगे हुए सन की छोटी सी गद्दी से दबाना ही रुधिर रोकने के लिये काफ़ी होगा; परन्तु सदैव इससे सफलता प्राप्त नहीं होती। और यदि इनसे काम न निकले, तो या तो थोड़ी सी सोखने वाली रूई या सन के कपड़े को लपेट कर एक सख्त गोपुच्छाकार पट्टी बनाकर घाव पर भली भाँति कसकर बाँधनी चाहिए या उस स्थान पर कास्टिक (Caustic) लगाना चाहिये; परन्तु यह डाक्टर की आज्ञा से ही लगाना चाहिये॥

ठंडक पैदा करने वाले लोशन— (Evaporating Lotion) सूजे हुए स्थान की गरमी घटाने का एक और उपाय यह है कि उस पर उड़ने वाली पतली औषधि लगाई जाय। यह औषधि आठ भाग शीतल जल में एक भाग शराब का सत डाल कर बनाई जाती है। फिर अलसी या सन के कपड़े का एक टुकड़ा उसमें भिगो कर उस स्थान पर लगाते हैं। इस टुकड़े को सदैव गीला रखना चाहिये और उस स्थान से न उठाना चाहिए; क्योंकि यदि सूख जाय, तो इससे लाभ तो क्या होना है, परन्तु हानि अवश्य होगी। सूजन तब ही कम होगी, जब कि औषधि उड़ती रहे, अर्थात् भाप बनती रहे ॥

बरफ़ रखना—सिर पर बरफ़—गरमी घटाने की एक और रीति यह है कि बरफ़ उस स्थान पर रक्खें। यदि बरफ़ सिर पर रखने को कहा जाय, और बरफ़ का थैला (Ice Bag) न मिल सके, तो सब से उत्तम रीति यह है कि एक फुकने वा वाटर प्रूफ़ थैली को बरफ़ के छोटे छोटे टुकड़े

करके और उसमें थोड़ा सा लवण मिला कर आधी भर लें और उसको सिर की शकल के अनुसार बना लें, और सेफ़टी पिनों द्वारा तकिए के साथ टांक दें। जब बरफ़ पिघल जाय, तो उसकी जगह में और बरफ़ डाल देनी चाहिये।

बरफ़ भली भाँति कंबल में रख सकते हैं। वह बाँध कर लटका दी जाय, अथवा छलनी पर रख दी जाय, कि उसमें से जल निकल कर बाहिर वह सके। यदि बरफ़ शीशे या पीतल के बर्तन में रक्खी जाय, तो वह उस जल से, जो उसके आस पास इकट्ठा हो जायगा, बहुत जल्दी पिघल जायगी। इसे तोड़ने का सबसे उत्तम उपाय यह है कि रफ़ू करने की लंबी सूई लेकर बरफ़ में चुभोई जाय और अँगुली में अँगुश्ताना पहन कर उस से दबाएँ॥

भपारे या धूनी—गले या फेफड़े की सूजन को घटाने के लिये प्रायः भपारे या धूनी बताई जाती है। धूनी या भपारे का अर्थ यह है कि भाप

को साँस के साथ भीतर लेजायें। कभी कभी केवल गरम जल के ही भपारे बताए जाते हैं या ऐसे गरम जल के, जिसमें एक छोटा चमचा भर सिरका या कोई टिंकचर (Tincture) मिला हुआ हो। टिंकचर उस लेप को कहते हैं, जिसमें शराब का सत मिला हुआ हो। जिन के पास बने बनाए असली भपारे हों, उन्हें केवल उनमें गरम जल डालना और नली के मार्ग से भाप को साँस के साथ भीतर ले जाना पड़ता है॥

साधारण उपाय–भपारा या इन्हेलर (Inhaler) एक बर्तन होता है, जिस में गरम उबलता हुआ जल डाला जाता है, और उसमें कोई औषधि जैसे फ्रायर का बलसाम (Friar's Balsam) या टिंकचर आफ़ आयोडीन (Tincture of Iodine) मिला ली जाती है; परन्तु साधारण उपाय भपारा बनाने का यह है कि एक मर्तबान में खौलता हुआ पानी डालें और उसके किनारे पर एक तौलिया या अँगोछा गोल मोल बना कर रख दें। फिर रोगी

तौलिये पर अपना मुँह रख कर साँस के साथ भाप को भीतर ले जा सकता है।

निमोनिया और फेफड़े के और रोगों में आक्सीजन गैस को साँस द्वारा भीतर पहुँचाते हैं; परन्तु इस कार्य के लिए विशेष सामान और योग्य पुरुष की आवश्यकता है॥

हाइपोडरमिक इंजेक्शन (Hypodermic injection) अथवा **खाल की राह से दवाई पहुँचाना**—एक छोटी सी पिचकारी द्वारा खाल की राह से औषधि पहुँचाई जाती है। इस पिचकारी में बहुत बारीक नोकदार खोखली सूई लगी हुई होती है। यह सूई खाल के अन्दर कर दी जाती है और नलकी के भीतर का जल जिस में कोई औषधि मिली हुई होती है, इस सूई द्वारा धीरे धीरे भीतर डाल कर सूई बाहर निकाल ली जाती है। बरतने से पहिले प्रत्येक बार पिचकारी और सूई को रोग बीज नाशक औषधियों से धीरे धीरे शुद्ध करना चाहिये॥

चौथा अध्याय।

भोजन और औषधि का देना। टेंपरेचर का मालूम करना। रोगी को जलों द्वारा शुद्ध करना। स्नान करवाना। रोग घटने की अवस्था। नर्स।

भोजन देना और उसका प्रबन्ध— उन कर्तव्यों में से जो नर्स को रोगी के कमरे में करने पड़ते हैं, भोजन और औषधि देना भी एक कर्तव्य है। भोजन देने और उसके सम्बन्ध में बहुत सी बातें याद रखनी चाहियें और यह ऐसी ही आवश्यक हैं, जैसा उत्तम भोजन बनाना और खिलाना।

उदाहरण—किसी विशेष भोजन के विषय में डाक्टर की आज्ञा पूरी पूरी मानना। जो भोजन बताया जाय, उसे यथायोग्य अच्छी तरह पकाना। यदि शोर्बा दिया जाय, तो ध्यान कर लेना चाहिये कि बरतन के भीतर या किनारों पर चर्बी न लगी रही हो।

प्रत्येक वस्तु को अच्छी तरह लगाना और रोगी के पास शुद्ध बरतन में स्वच्छ कपड़े से ढक कर लाना और हर वस्तु को यहाँ तक कि छोटे से छोटे चमचे को भी अति शुद्ध करके लाना। रोगी के सामने थोड़ा सा ही स्वादिष्ट भोजन एक समय रखना चाहिये और भोजन करने के पश्चात् शेष सब वस्तुएँ तुरन्त ही उठा लेनी चाहियें।

रोगी के कमरे में न भोजन पकाना चाहिये, न गरम करना चाहिये और न किसी प्रकार का भोजन रखना चाहिये।

प्रत्येक भोजन के लिए अलग अलग कटोरे पियाले और चमचे रखने चाहियें; एक कटोरा शोर्बे के लिये, एक दूध के लिये, और एक मीठे भोजन के लिये और लग जाने वाले रोगों से पीड़ित रोगियों के लिये जो बरतन बरते जाएँ, उनपर कोई विशेष चिह्न कर देना चाहिये और दूसरी बार बरतने से पहिले प्रत्येक को अच्छी तरह साफ़ करना चाहिए।

रोगी के लिये जितना भोजन लाया जाय यदि वह सब न खा सके, तो बाकी को तुरन्त ही कमरे से बाहर ले जाना चाहिये और फिर कमरे में बासी भोजन को कभी न लाना चाहिये।

रोगियों को गरम किया हुआ या ठण्डा बासी भोजन कदापि न देना चाहिये; क्योंकि इस से उनको कुछ लाभ नहीं होता। उनको जहाँ तक होसके, प्रत्येक भोजन बलदायक, ताज़ा बना हुआ देना चाहिये।

सब प्रकार के भोजन बहुत गरम, थोड़ा गरम या ठंडा करके डाक्टर की आज्ञानुसार देने चाहियें।

भोजन को ढकना—भोजन गरम हो या ठंडा, जब रोगी के कमरे में लाओ, ढक कर लाओ और कमरे में जाकर ढकना उतार दो। रोगी को इससे प्रतीत होजायगा कि भोजन में न तो गर्द पड़ी है और न इस पर मक्खियाँ बैठी हैं।

यदि कोई भोजन ऐसा गरम हो, कि उठाया

न जाए, तो उसे ज़रा ठंडा करलो। उस पर फूँक न मारो, क्योंकि रोगी इसे पसन्द नहीं करेगा।

रोगी को उठाना—यदि रोगी को कुछ पिलाने के लिये उठाना हो, तो अपना हाथ तकिये के पीछे ले जाओ जिससे सिर और कन्धों को सहारा दे सको। सिर के पीछे दो उँगलियों के रखने से कुछ लाभ नहीं और जब गरदन बहुत मुड़ी हुई हो, तो भोजन खिलाना कठिन हो जाता है।

यदि रोगी भोजन करने के लिये बैठ न सके, तो यह अच्छा है कि उसे फ़ीडिंगकप (Feeding Cup) अथवा भोजन करवाने के प्याले से भोजन करवाया जाए। रोगी को जब वह गाढ़ निद्रा में सो रहा हो, भोजन करवाने के लिए कदापि न उठाना चाहिये; परन्तु यदि डाक्टर ने आज्ञा दी हो, तो उठा लो।

रोगी को स्नान से थोड़ी देर पहिले भोजन नहीं करवाना चाहिये और न भोजन करवाते ही उसे स्नान करवाना चाहिये और न उसे किसी तरह

बेचैन करना चाहिये। किन्तु भोजन तैयार रखना चाहिये और जब वह शाँत चित्त हो, देना चाहिये, विशेष करके उस अवस्था में, जब कि वह बहुत निर्बल हो। रोगी बालक को उस भोजन के सिवा जो उसे देना है किसी और प्रकार का भोजन न दिखाना चाहिये और नीरोग बालकों को भी रोगी बालक के कमरे में वे वस्तुएँ नहीं खानी चाहियें जो रोगी बालक के लिये वर्जित हों; क्योंकि सम्भव है कि रोगी बालक रोने लगे और बेचैन हो जाए। तप और दुःखदायक रोगों में यदि डाक्टर की आज्ञा हो, तो रात्रि के समय भी उतनी बार भोजन दिया जाए, जितनी बार दिन के समय।

कुल्ला करने के लिये दवा—यदि मुख का स्वाद बुरा प्रतीत हो, तो भोजन करने से पहिले किसी दवा से मुँह साफ़ कर लेना उचित है। थोड़े से गरम पानी में कांडी फ़्लूइड (Condy's Fluid) या परमैंगानेट आफ़ पोटाश (Permanganate of Potash)

डालने से वह दवा तैयार होजाती है। परमैंगानेट आफ़ पोटाश केवल इतना डालो कि पानी का रंग हल्का गुलाबी होजाए। यदि रोगी इतना निर्बल हो, कि स्वयं मुख साफ़ न कर सके, तो उचित है कि उसका मुख और कोई मनुष्य साफ़ करदे या इस प्रयोजन के लिये गाज़(Gauze)या लिंट वस्त्र के छोटे छोटे चौकोने टुकड़े बर्ते जाते हैं और फिर उन्हें जला दिया जाता है। इन टुकड़ों को पहिले परमैंगानेट आफ़ पोटाश (Permanganate of Potash) या बुरैसिक एसिड(Boracic Acid)या लीमू के रस या ग्लिसरीन मिले हुए जल में भिगोया जाता है, फिर अँगुली पर लपेट कर या डरेस करने के मोचने पर लपेट कर इससे अच्छी तरह परन्तु धीरे धीरे दाँत मसूड़े, तालवा और गला सब साफ़ किये जाते हैं॥

औषधियाँ—औषधियों के विषय में नीचे लिखी बातें याद रखनी चाहियें:—

. डाक्टर की आज्ञाओं पर पूर्ण रीति से चलना और जो वस्तु वह बताए, उसे ठीक समय पर

देना। यदि समय बीत जाए और औषधि देना याद न रहे, तो फिर जब औषधि दी जाए तो दुगनी मात्रा न दीजाए, क्योंकि जब बड़ी तीव्र औषधि दी जाए, तो ऐसा करने से लाभ के बदले बहुत हानि हो जाती है। सब से अच्छी बात यह है कि जब डाक्टर आए, उसे कह दिया जाए कि औषधि की एक मात्रा देनी भूल गए और ध्यान रक्खें कि फिर कभी ऐसा न हो।

औषधि निकालने से पहिले बोतल के लेबल को देख लेना चाहिये, औषधि को अच्छी तरह हिला लेना चाहिये और निकालने के पीछे बोतल को काग लगा देना चाहिये।

औषधि की मात्रा को दवाई के गिलास या चमचे में सावधानता से नापना चाहिये—नापने का पैमाना सब से अच्छा है, क्योंकि चमचे छोटे बड़े होते हैं।

जब किसी औषधि की नियत बूँदें देनी हों, तो बूँद नापने वाले पैमाने से नाप कर देनी चाहियें।

जब कोई औषधि देह पर मलने के लिये बताई जाए और उसका बोतल पर चिह्न लगा हुआ हो, तो उसको उन औषधियों से जो पीने के लिये बताई हों अलग रखना चाहिये ॥

औषधि शीशे के गिलास या किसी और पात्र में देनी चाहिये, जो अत्यन्त शुद्ध हो ।

अरंडी का तेल और काड लिवर आइल (Cod Liver Oil) देने के लिये, जिनका स्वाद बहुत बुरा होता है, दवाई पिलाने और नापने के गिलास अलग अलग होने चाहियें ।

मुख से कुस्वादु औषधियों की कड़वाहट दूर करने के लिये सख़्त चपाती या सूखी रोटी या जहाज़ी बिस्कुट चबाना और फिर थूक देना उचित है । जल से मुख साफ़ करने की अपेक्षा यह अधिक अच्छा है, यद्यपि केवल बड़ी अवस्था के मनुष्य ही ऐसा कर सकते हैं; क्योंकि सम्भव है कि बालक सूखे बिस्कुट को खा जाएँ और अपनी पाचन-शक्ति को बिगाड़ लें ।

सोते हुए रोगी को भोजन करवाने के लिये जगाना उचित नहीं। इसी प्रकार डाक्टर की आज्ञा बिना औषधि पिलाने के लिये भी न उठाना चाहिये।

अन्त में यह याद रखना चाहिये कि केवल औषधियों से ही रोगी स्वस्थ नहीं हो सकता। यदि चाहते हो कि रोगी शीघ्र स्वस्थ हो जाए, तो औषधियों के सिवा सावधानता से रोगी सेवा करना, शुद्ध वायु का यथेष्ट परिमाण में मिलना प्रत्येक वस्तु का स्वच्छ रखना अति आवश्यक है॥

गुदा द्वारा औषधि शरीर के अन्दर पहुँचाना (Rectal Medication)—जब रोगी कोई औषधि खा न सके या जो कुछ खाए वह उलटी करदे, तो गुदा के मार्ग से औषधि दी जाती है। जल रूप औषधि तो रबड़ की नली से चढ़ाते हैं और ठोस वस्तु को मोम के समान बना कर गुदा में रख देते हैं।

जब टट्टी करवानी हो, तो एनीमा (Enema) करते हैं। आध सेर गरम जल जिसका टैंप्रेचर १०० दर्जे फारनहीट हो और जिस में आधी छटांक नरम अच्छा पीले रंग का साबुन घोल लिया हो, गुदा में चढ़ाया जाता है और उसे कुछ समय तक रहने देते हैं और फिर टट्टी आजाती है। कभी कभी पाव घंटा या आध घंटा पहिले चार औंस ज़ैतून का तेल या तीन औंस ज़ैतून का तेल और एक औंस अरंडी का तेल मिलाकर गुदा में चढ़ाते हैं। जब गुदा की पीड़ा या जलन दूर करनी हो या दस्त बंद करने हों, तो दो औंस स्टार्च (Starch) अर्थात् निशास्ता गरम पानी में घोलकर उसमें टिंकचर आफ़ ओपि-यम (Tincture of Opium) अर्थात् अफ़ीम के सत की नियत मात्रा डालते हैं और फिर उसे गुदा में चढ़ा कर थोड़ा समय रहने देते हैं॥

न्यूट्रिएंट एनीमा (Nutient Enema)

अथवा एनीमा द्वारा भोजन करवाना—जब भोजन

मेदे (आमाशय) में न ठहर सके या जब किसी रोग में मुख द्वारा भोजन देना उचित न हो, तो तीन या चार औंस ऐसा भोजन जो पिप्टोनाइज्ड (Peptonized) अर्थात् औषधि द्वारा बनाया गया है, चार चार घंटों के बाद एनीमा द्वारा देना चाहिए। इसका बड़ा तत्त्व प्रायः दूध होता है। परन्तु भोजन चढ़ाने से पहिले हर बार गरम पानी से गुदा को धो लेना चाहिए और २४ घंटे में एक बार या दो बार उसी रीति से भली भाँति टट्टी करवानी चाहिए।

कभी कभी जब बहुत लहू निकल जाने से या हैज़े के दस्तों से देह बहुत दुर्बल होगई हो, तो ढाई पाव गरम जल में डेढ़ ड्राम सोडियम क्लोराइड अर्थात् नमक घोल कर दो दो घंटे या चार चार घंटे के पश्चात् सवा पाव या ढाई पाव पेट में एनीमा द्वारा चढ़ाना चाहिए॥

टेंपरेचर मालूम करना—नर्स का एक और कर्तव्य यह है कि तप की अवस्था में डाक्टर को

बताने के लिये रोगी का टेंपरेचर मालूम करे। इस के लिये एक विशेष प्रकार का यंत्र होता है, जिसे तप देखने का थर्मामीटर (Clinical thermometer) कहते हैं। यह इतना छोटा होता है कि प्रत्येक रोगी के मुख में रक्खा जा सकता है। टेंपरेचर मालूम करने से पहिले यह आवश्यक है कि थर्मामीटर में पारा ९७ दरजे से नीचे हो; क्योंकि स्वास्थ्य की अवस्था में मनुष्य का स्वाभाविक टेंपरेचर ९८'४ होता है। टेंपरेचर मालूम करने से डाक्टर को पता लग जाता है कि दिन और रात में किस किस समय रोगी का टेंपरेचर स्वाभाविक टेंपरेचर की अपेक्षा अधिक रहा है और बुख़ार कितना है।

यदि थर्मामीटर में पारा ९७ दरजे से ऊपर हो, तो उसको ९७ दरजे से नीचे लाने के लिये बाँह को फैला कर उसे नीचे को झटका देना चाहिये, न कि एक हाथ को दूसरे हाथ पर मारा जाए॥

टेंपरेचर मालूम करने में सावधानता–युवा मनुष्यों का टेंपरेचर मालूम करने के लिये थर्मामीटर को या तो जीभ के नीचे रखते हैं या काँख (बगल) में या चड्डों में या गुदा में। ठीक ठीक टेंपरेचर जानने के लिये इसको काँख में लगभग पाँच मिनट रखना चाहिये, परन्तु यदि जीभ के नीचे रक्खा जाए तो तीन मिनट काफ़ी हैं। जब गुदा में रक्खा जाता है तो थर्मामीटर की गोली वैज़लीन से चिकनी कर ली जाती है और फिर एक इंच के लगभग भीतर रक्खी जाती है। बालकों का टेंपरेचर जानना हो, तो यह अच्छा होगा कि उसे या तो काँख में रक्खा जाए या चड्डों में और यह बात थर्मामीटर की भाँति पर निर्भर है कि कितने मिनट तक रक्खा जाए। जब पारा किसी एक निशान पर आकर ठहर जाए और ऊपर न चढ़े तो टेंपरेचर मालूम करलो, और डाक्टर को दिखाने के लिये तुरन्त लिखलो। स्मरण रक्खो कि जो निशान या रेखा थर्मामीटर पर बनी हुई है, प्रत्येक विशेष प्रयोजन के लिये बनाई गई है। यदि

पारा १०० दर्जे ऊपर चढ़ जाए, तो प्रत्येक निशान से जहाँ तक यह चढ़े, जोखों प्रगट होती है, इसलिए केवल १०० दर्जा ही लिखना काफ़ी नहीं। परन्तु यदि यह उससे ऊपर छोटे से निशान तक चला जाए तो १००'२ दर्जा लिखना चाहिए क्योंकि इससे प्रकट होगा कि टेंपरेचर १०० दर्जे से $\frac{२}{१०}$ अधिक है और यदि इससे एक और निशान ऊपर हो तो $\frac{३}{१०}$ दर्जा अधिक होगा या यह कहो कि लगभग १०० दर्जे और १०१ दर्जे के बीच में होगा।

जब कभी टेंपरेचर मालूम किया जाए, तो इन छोटे निशानों को बड़े ध्यान से देख लेना चाहिये; क्योंकि जब तक डाक्टर को यह ठीक ठीक मालूम न हो कि टेंपरेचर में बड़ा भेद हुआ करता है, तब तक वह यह नहीं बता सकता कि उस दवा का क्या असर हुआ है।

यहां यह भी जताना आवश्यक है कि नर्स को अपनी स्मृति पर भरोसा नहीं करना चाहिए, किन्तु एक नोटबुक (साधारण बातें लिखने की कापी)

मेज़ पर रखनी चाहिये, जिस में हर एक तारीख़ के लिये एक पृष्ठ छोड़ दिया जाए और प्रति दिन की प्रत्येक आवश्यक बात उसमें लिखी जाए; जैसे सवेरे और सायंकाल का टेंपरेचर, औषधि किस किस समय देनी है और कितनी कितनी मात्रा में। भोजन कितना देना है और किस किस समय।

जब टेंपरेचर दिन में हर समय बहुत अधिक रहे, तो यह लगातार (Continuous) बुख़ार कहलाता है, परन्तु सवेरे और शाम के टेंपरेचर में बहुत भेद हो, तो उसे घटने बढ़ने वाला (Remittent) बुख़ार कहते हैं, और बारी का बुख़ार वह है, जिस में किसी समय में दिन में या रात्रि को टेंपरेचर नार्मल (स्वास्थ्य सूचक) दर्जे हो या उससे भी नीचे। कभी कभी बुख़ार में क्राइसिस (Crisis) हो जाता है जब कि टेंपरेचर १२ से २४ घंटे में एकाएकी नार्मल हो जाता है। परन्तु जब बुख़ार धीरे धीरे उतरता है, तो उसे लाइसिस ("Lysis".) कहते हैं।

नर्सों को विदित होना चाहिये कि कभी कभी रोगी को जाड़ा लगने लगता है और शरीर कपकपाने लगता है। यह इस बात का चिह्न है कि रोगी को कोई तेज़ बुखार या और कोई दुःखदायक रोग होने वाला है। रोगी का टेंपरेचर लेते रहें। गरम बोतलों और कंबलों से गरमी पहुँचाएँ और गरम गरम चाए या क़हवा आदि पिलाएँ और डाक्टर की सूचना के लिये यह सब बातें ध्यान से लिखते रहें॥

रोगी को स्नान करवाना—नर्स का एक और प्रसिद्ध कर्तव्य यह है कि रोगी को साफ़ सुथरा रक्खा जाए। रोगी को भी यदि अधिक नहीं, तो उतनी ही बार नहाने की आवश्यकता है, जितनी कि स्वस्थ मनुष्य को; परन्तु दुर्भाग्य से हिन्दुस्तान के लोग जब रोगी हो जाते हैं, तो नहाना हानिकारक समझते हैं। परन्तु वे मनुष्य जिन को त्वचा के काम का ज्ञान है, जानते हैं कि यह बात बहुत

हानिकारक है। जब मनुष्य बीमार हो, तो उसे सदा नहाना चाहिये; परन्तु उस दशा में नहीं जब कि बहुत निर्बल हो। इस दशा में भी उसका सारा शरीर स्पंज से शुद्ध किया जा सकता है।

नहाने से रोगी का चित्त प्रसन्न हो जाता है और स्वस्थ होने में भी उसको सहायता मिलती है; क्योंकि इससे त्वचा का काम जारी रहता है। रोगी को गरम जल से और थोड़े से नर्म साबुन से स्नान करवाना चाहिये और फिर मुलायम फ़लालैन या नैनसुख के कपड़े से शरीर को अच्छी तरह खुश्क कर लेना चहिये। रोगी के लिये स्पंज का बर्तना ठीक नहीं, क्योंकि इसमें गर्द भर जाती है और सुगमता से साफ़ नहीं हो सकता।

यदि किसी रोगी को बिस्तरे में ही नहलाना हो, तो दो कम्बलों के बीच में नहलाया जाय। निचले कंबल के नीचे वाटरप्रूफ़ बिछा दिया जाए। सारे शरीर को अच्छी तरह साफ़ किया

जाए। रोगी को नहलाते समय नर्स इस बात को ध्यान से देखे कि पड़े रहने से रोगी की पीठ तो नहीं लग गई है। पीठ में घाव प्रायः नर्स की असावधानता से होते हैं। बेचारा रोगी इससे बहुत जोखिम उठाता है।

आरम्भ में पीठ का वह स्थान, जहाँ बोझ पड़ता है, लाल हो जाता है; फिर इसमें सियाही की झलक प्रतीत होती है, फिर वह फट जाता है और घाव प्रकट हो जाता है।

सम्भव है इसमें पीड़ा न हो। अनजान नर्स तो आरम्भ में जब तक वह प्रकट न हो जाए, इसे जान भी नहीं सकती। इस आपत्ति से बचने का केवल यही उपाय है कि रोगी की खाल बिल्कुल साफ़ रक्खी जाय और उसे कोई हानि न पहुँचे।

. ओढ़ने की चादर और नीचे की चादर बिल्कुल खुश्क और शुद्ध रहें और उनमें कोई सलवट न हो

और इसी प्रकार रोगी के वस्त्र और रात को पहिनने के कपड़े आदि ।

जब तक डाक्टर इससे विपरीत आज्ञा न दे, रोगी को कदापि एक करवट चिर काल तक लेटा न रहने दो । यदि रोग चिर तक रहने वाला प्रतीत हो, तो पानी और स्पिरिट बराबर बराबर लेकर पीठ और चूतड़ों को धीरे धीरे धो डालो और धोने और खुश्क करने के पश्चात् प्रति बार आक्साईड आफ जिंक (Oxide of zinc) और निशास्ता (Starch powder) छिड़कना चाहिये ॥

स्नान—जिन अवस्थाओं में विशेष स्नान बताया जाए उनमें डाक्टर यह भी बताएगा कि स्नान बहुत गरम पानी से या थोड़े गरम पानी से या ठंडे पानी से कराया जाए और जल का टेंपरेचर क्या होना चाहिये । नर्स को उचित है कि रोगी को स्नान करवाने से पहिले थरमामीटर से जल का टेंपरेचर देखे ।

बहुत गरम स्नान के जल का टेंपरेचर ९८ दरजे से १०५ दरजे फ़ारन् हीट है।

गरम	,,	,,	,,	९२	,,	९८
थोड़े गरम	,,		,,	८५	,,	९२
ठंडे	,,	,,	,,	५६	,,	६५

रोगी को बहुत गरम स्नान में अधिक से अधिक १० से १५ मिनट तक रहना चाहिए।

,, गरम	,,	,,	,,	१४ से २०		,,
,, थोड़े गरम	,,		,,	१४ से २०		,,
,, ठंडे	,,	,,	,,	५ से ६		,,

स्नान आरम्भ करने से पहिले रोगी का शरीर पोंछने और ख़ुश्क करने के लिए बहुत से गरम और ख़ुश्क तौलिये रख लेने चाहिएँ और सब आवश्यक सूती कपड़े, जो बिल्कुल साफ़ हों, अच्छी तरह हवा देकर जिस क्रम से पहिनाने प्रयोजनीय हों, उसी क्रम से रखने चाहियें॥

रोग घटने की दशा में सावधानता (Convalescence) जब रोगी अच्छा होने लगे अर्थात् स्वास्थ्य प्राप्ति के मार्ग पर हो, तो उस समय भी अच्छी नर्स को बहुत सी छोटी छोटी बातों पर ध्यान देना चाहिए, जैसे रोगी को ज़ुकाम न हो जाए, बहुत से मिलने वाले उसके कमरे में एकत्र न हों और बहुत बातें न करें, और अनेक प्रकार के पदार्थ इकट्ठे किए जाएँ, जिन से रोगी का चित्त प्रसन्न हो; परन्तु उसे थकावट न प्रतीत हो ॥

पहिनने के कपड़े—जब रोग घट रहा हो, तो रोगी को ऋतु के अनुसार सदा पतली या मोटी फ़लालैन के कपड़े पहिनाने चाहियें, इस से सरदी का बचाव रहता है। जो मनुष्य छाती के रोगों से, जोड़ों के दर्द से, बुख़ार से, ख़सरे से, डिपथीरिया (Diphtheria) से, लाल बुख़ार* (Scarlet fever) से, स्वस्थ होने

* वह बुख़ार जो गला पक जाने से होता है।

लगे हों, उनको सरदी बहुत हानिकारक होती है। संक्षेपतः लाल बुख़ार, ख़सरा और चेचक के पश्चात् तनिक सी सरदी से भी और रोग हो जाते हैं, जिन से यदि रोगी मर तो नहीं जाता, परन्तु आयु पर्यन्त अनेक प्रकार से दुर्बल और कोमल हो जाता है और जोड़ों के दर्द के बुख़ार में रोगी को रोग की दशा में पसीना इतना अधिक आता है कि उसके लिए यह काफ़ी नहीं कि वह हर समय फ़लालैन ही पहिने रहे; किन्तु उसे कंबल ही बिछाना और कंबल ही ओढ़ना चाहिए। ऐसा करने से बहुत सी अवस्थाओं में छाती के रोग न होंगे; क्योंकि कंबल पसीने को सोख लेते हैं। परन्तु इनको भी सदा बदलते रहना चाहिये, नहीं तो इनमें दुर्गन्ध हो जाएगी।

जब कोई मनुष्य ऐसे रोगों से, जो आमाशय और अन्तड़ियों के विकार से उत्पन्न हों, स्वस्थ होने लगे, तो उसके भोजन का बहुत ध्यान रखना

चाहिए। भोजन केवल वही देना चाहिए, जो डाक्टर बताए॥

रोग घटने के समय भूक लगना---यदि रोगी को भूक लगने लगे, तो जान लो कि वह स्वस्थ होने लगा है। भूक स्वास्थ्य प्राप्ति का बड़ा चिह्न है, परन्तु पहिले पहिल बहुत भोजन देने से कुछ लाभ नहीं; क्योंकि पाचन शक्ति बहुत दुर्बल होती है और अधिक भोजन पच नहीं सकता।

रोगियों को स्वास्थ्य प्राप्त करते समय बल प्राप्त करना पड़ता है; इसलिए उन्हें भोजन थोड़ा थोड़ा कई बार खिलाना चाहिये और वे उसे अच्छी तरह चबाएँ। केवल वही भोजन देना चाहिये जो उनके आमाशय के अनुकूल हो।

टाईफ़ाइड या एन्टेरिक बुख़ार (Typhoid or Enteric fever) **के पश्चात् हानि**–इसका ध्यान विशेष करके टाईफ़ाइड बुख़ार के

पीछे बहुत आवश्यक है; क्योंकि यदि रोगी को आरम्भ में ही मांस दिया जाए, तो उसके मर जाने का भय होता है । टाईफ़ाइड बुख़ार में छोटी आँतों के एक भाग पर जिसे ग़दूद (Peyer's Patches) कहते हैं, घाव पड़ जाते हैं । यदि इन घावों के अच्छा होने से पहिले मांस या और सख़्त भोजन दिया जाए, तो आँत की दीवार उस स्थान से, जहाँ से उसे घाव ने खा रक्खा है, फट जाएगी और भोजन पेट के परदे में घुस जाएगा, जिस से सूजन होकर रोगी मर जाएगा ।

यह घाव, यदि रोगी उठ कर बिस्तरे पर बैठे, तो भी फट जाते हैं। इस लिए जो मनुष्य टाईफ़ाइड बुख़ार से स्वस्थ होने लगे, उसे पूरा पूरा आराम और शीघ्र पचने वाला भोजन मिलना चाहिए । टाईफ़ाइड बुखार के पश्चात् इन हलके भोजनों में फल, विशेष करके वह फल, जिनमें गुठली होती है, जैसे अंगूर और आलू बुख़ारे कदापि शामिल नहीं करने चाहियें ॥

एन्टेरिक बुख़ार के पश्चात् सदा बल बहुत ही धीरे धीरे आता है। एकाएकी उठ बैठने से दिल की गति मंद हो जाती है और शिरा रगों (Veins) में गिलटियाँ बनने का भय होता है जो विशेष करके टाँगों में तो बहुत ही पीड़ा पहुँचाती हैं। नर्स को इस बात का बहुत ध्यान चाहिए कि ऐसे स्थान पर मालिश न करे; क्योंकि मालिश करने से यह गिलटियाँ टूट जाएँगी। जब तक कि टेंपरेचर दस दिन या दो सप्ताह तक बराबर नार्मल न रहे, डाक्टर की स्पष्ट आज्ञा बिना रोगी को कोई ठोस भोजन न दिया जाए॥

रोग के पश्चात् उठना या चलना— प्रत्येक कठिन रोग के पश्चात् चलना फिरना बहुत धीरे धीरे क्रम से होना चाहिये; क्योंकि सम्भव है कि अपने बल पर भरोसा करने और बिस्तरे से अकेला शीघ्र बाहर आने से फिर रोग हो जाए॥

रोगी सेवा में शुद्धता—हर एक प्रकार की रोगी सेवा के सफ़ाई की बहुत आवश्यकता है;

परन्तु चीर फाड़ के रोगों में शुद्धता का प्रयोजन साधारण सफ़ाई ही नहीं है; किन्तु इसका प्रयोजन यह है कि रोग के बीजों से बचाव हो, अर्थात् रोग के बीज घाव में प्रवेश न कर जाएँ। हमें इस बात का पूरा निश्चय होना चाहिए कि जो जो वस्तुएँ चीर फाड़ के या घाव की मरहम पट्टी में बरती गई हैं वह रोग के बीजों (Germs) से रहित हैं।

सब औज़ारों (यन्त्रों) और सामग्री को दस मिनट तक उबालकर रोग के बीजों से रहित कर लिया जाता है। इसी प्रकार तौलियों और घाव पोंछने के चीथड़ों को। परन्तु यदि स्टेरिलाईज़र (Sterilizer अर्थात् रोग के बीज नष्ट करने का यन्त्र) विद्यमान् हो और यह सब सामग्री उसमें रक्खी जाए, तो प्रत्येक बार रोग के बीजों से रहित करने की आवश्यकता नहीं। चाकू छुरियों को प्रायः उबाला नहीं करते; क्योंकि उबालने से यह कुंठ होजाते हैं। इन्हें केवल शुद्ध कार्बोलिक एसिड में डाल देते हैं और साफ़ कपड़े से पोंछ लेते हैं। जो मनुष्य रोगी सेवा

करते हैं और विशेष करके उन रोगियों की जिन पर कुछ चीर फाड़ करनी पड़ी है, उन्हें अपने हाथों का अत्यन्त ध्यान रखना चाहिए। उनके नखून बिल्कुल कटे रहने चाहिएँ और किनारे बिल्कुल साफ़ हों, और केवल साबुन और जल में ही इन्हें नहीं धोना चाहिए, किन्तु किसी डिसइन्फ़ेक्टैन्ट वस्तु (Disinfectant) जैसे टिंक्चर आफ़ आयोडीन (Tincture of Iodine) में भिगोना चाहिए। यदि इस सारी सावधानता के पश्चात् हाथ किसी ऐसी वस्तु से लगा दिये गये हैं, जो रोग के बीजों से रहित नहीं की गई है, तो फिर नए सिरे से साफ़ और डिसइन्फेक्ट करने पड़ेंगे, जैसे भूल कर हाथ से मुख का पसीना पोंछ लिया या रोगी के कपड़ों को हाथ लग गया, जिनके ऊपर शुद्ध तौलिया नहीं डाला गया था इत्यादि।

छोटी छोटी चोट चपेट जैसे उँगली कट जाने की चिकित्सा में भी तुम्हें इस प्रकार की सब बातों का ध्यान रखना उचित है। उनके बारे में असावधानता

करने से स्वास्थ्य प्राप्त करने में केवल देर ही नहीं लगेगी, किन्तु कदाचित् कष्ट भोगना पड़ेगा।

अच्छी नर्स—अब अन्त में कुछ वाक्य नर्स के विषय में लिखने उचित प्रतीत होते हैं। अच्छी नर्स वही है जो सदा अपने मुख को प्रसन्न और जीभ को वश में रक्खे। अपने मुख से रोगी को कभी यह विदित न होने दे कि उसकी जान के लाले पड़े हुए हैं। ज़ोर से न बोले और रोगी के कमरे में कानाफूसी भी न करे। सदा मीठी वाणी बोले, इधर उधर चुपचाप फिरे, बारबार वस्तुओं को उठाती रखती न रहे, धीरज रक्खे, न तो रोगी को नहलाने में जल्दी करे, और न भोजन करवाने के पश्चात् बची हुई चीज़ों के ले जाने में, दयालु हो। परन्तु डाक्टर की आज्ञा के पूरा करने में सदा दृढ़ रहे। उसे देखना चाहिये कि औषधि का क्या असर होता है और डाक्टर को बताने के लिये कोई नई बात तो नहीं। अपनी स्वास्थ्य-रक्षा का भी ध्यान रक्खे और कम से कम सात घंटे सोने का प्रबन्ध करे।

प्रति दिन दो बार कम से कम आध आध घंटा व्यायाम करे, सदा साबुन मलकर अच्छी तरह स्नान करे, सदा साफ़ कपड़े पहिने और सम्भव हो तो सदा ऐसे वस्त्र पहिने जो धुल सकें।

अन्तिम बात यह है कि औरों के साथ ऐसा बर्ताव करे, जैसा बर्ताव वह उनसे अपने साथ करवाना चाहती है ॥

पाँचवाँ अध्याय।

उड़ने रोग—रोग में सावधानता—रोग के पश्चात् कमरे, बिछौने और पहिनने के कपड़ों को डिसइन्फ़ेक्ट करना—डिसइन्फ़ेक्ट करने वाली सबसे अच्छी वस्तुएँ—नकशा जिसमें रोगों के लगने और उनके उत्पन्न होने का समय दिया हुआ है—तपेदिक के रोगी का भोजन और उसकी सेवा—

उड़ने वाले रोगों (Infectious diseases) **के लक्षण और उनका मूल**—उड़ने रोग साधारण रोगों से बिल्कुल भिन्न हैं; क्योंकि वे एक मनुष्य से दूसरे को लग जाते हैं। ऐसे रोगों के लिए केवल अच्छी रोगी सेवा की ही आवश्यकता नहीं; किन्तु उनके फैलने को रोकने के लिये विशेष ध्यान करना पड़ता है। यदि प्रत्येक मनुष्य की, जो इस रोग में ग्रस्त हो, सावधानता से सेवा की जाए और उसको दूसरे मनुष्यों के पास, जब तक डाक्टर आज्ञा न दे,

न जाने दिया जाय, तो इन रोगों को दूर करने में हम बहुत कुछ कर सकते हैं। परन्तु यह आवश्यक है कि प्रत्येक मनुष्य इनके दूर करने में सहायता दे।

फैलने की रीति—उड़ने वाले रोग जैसा कि हमने स्वास्थ्य-रक्षा पुस्तक के आरम्भिक पाठों में लिखा है, भिन्न भिन्न रीतियों से फैलते हैं। रोगी के सब सम्बन्धियों को जब यह मालूम हो कि क्या रोग है, उसी दिन से बड़ा यत्न करना आवश्यक है॥

वे उपाय जिन से रोग न फैलें

जब कभी कोई उड़ना रोग किसी घर में हो जाय तो नीचे लिखे हुए उपाय करने चाहियें:—

(१) यदि घर छोटा हो और वह मनुष्य धनवान् न हो, तो मालूम करना चाहिए कि सरकारी हस्पताल में रोगी के लिए स्थान मिल सकता है या नहीं।

(२) यदि घर में ही रोगी की सेवा करनी है, तो घर में जौन सा कमरा सब से ऊपर हो, उसे रोगी का कमरा बनाओ और वहाँ से सब दरियाँ परदे

और प्रत्येक वस्तु जिसकी बिछाने या पहिनने की आवश्यकता न हो निकाल लेनी चाहिये।

(३) डाक्टर और नर्स के सिवा किसी को रोगी के पास न जाने दिया जाय। यदि और मनुष्यों की आवश्यकता हो, तो जहाँ तक हो सके, ऐसे नौकर रखलो जिन्हें पहले यह रोग हो चुका हो।

(४) ऐसे नौकरों को औरों से मिलने की आज्ञा न देनी चाहिये, और न ही बाज़ार जाने देना चाहिये। जब तक रोग दूर न हो जाए, और उनके कपड़ों को डिसइन्फेक्ट न कर दिया जाए, इन्हें औरों से किसी प्रकार से न मिलने दिया जाए।

(५) नर्स को या और किसी मनुष्य को, जो रोगी की सेवा करे, सूती कपड़े या ऐसे कपड़े पहिनने चाहियें जो धुल सकें और प्रायः साफ़ कपड़े पहिनने चाहियें, और उसे टीके द्वारा चेचक, ताऊन, डिपथीरियाः, और एँटरिक तप से सुरक्षित होजाना चाहिये।

(६) यदि उसी घर में बालक या बहुत से

मनुष्य हों, तो ऐसा प्रबन्ध करना चाहिये कि उन्हें सम्बन्धियों या मित्रों के पास भेज देना चाहिये और जब तक रोग दूर न हो जाए, उनको वहीं रखना चाहिये।

(७) यदि बालकों को उसी घर में रहना पड़े, तो स्कूल में भेजना चाहिये और दूसरे बालकों से दूर रखना चाहिये।

(८) रोगी के कमरे में किसी मिलने वाले को न आने देना चाहिये।

(९) कमरे को अच्छी तरह हवादार रखना चाहिये और ताज़ी हवा को पूरी तरह से आने देना चाहिये; क्योंकि यह वस्तु सब से सस्ती और सब से अच्छी डिसइन्फ़ेक्टैंट (रोग बीज नाशक) है। यदि कमरे की दीवार में कोई अँगीठी हो, तो उसमें सदा आग जलती रक्खो; क्योंकि ऐसा करने से बहुत सी बुरी हवा बाहर निकल जाती है और याद रखना चाहिये कि रोगी के कमरे में वायु के आने जाने की दुगनी आवश्यकता है; क्योंकि रोगी उसमें सदा दिन

रात रहता है। एक अच्छा उपाय यह है कि ऊपर की दो खिड़कियों को जो एक दूसरे के आमने सामने हों, सदा खुला रखो और यदि सरदी की रुत हो तो कम से कम दिन में एक दो बार तो अवश्य ही खोल दो और रोगी को अच्छी तरह कपड़ों से ढक कर सब दरवाज़े और खिड़कियाँ खोल दो कि हवा में अदल बदल हो जाय।

(१०) रोगी के कमरे के आगे एक मोटी सूती चादर जिसे किसी अच्छे डिसइन्फ़ेक्टैण्ट जैसे ८० या ६० भाग पानी और एक भाग कारबालिक एसिड में भिगो कर लटका दें। इस प्रकार यह कमरा और कमरों से अलग हो जायगा।

(११) डिपथीरिया और काली खाँसी के रोगी को लकड़ी के बुरादे में थूकना चाहिये और फिर वह बुरादा जला दिया जाए।

(१२) बर्तने से पहिले कमोड या टट्टी में

परक्लोराईड आफ़ मरकरी (Perchloride of mercury) (५०० भाग जल और एक भाग परक्लोराईड आफ़ मरकरी) या फ़िनाइल (Phenyle) जैसी डिसइन्फेक्टैंट वस्तु डाल दो और पाखाना करने के पश्चात् तुरन्त ही यही औषधि उसमें फिर डाल दो । फिर उसे ढकवा दो और उठवा कर कमरे से बाहर ले जाकर खाली करवादो और कमोड या टट्टी को फिर किसी डिसइन्फेक्टैन्ट वस्तु से धुलवा दो ।

(१३) उड़ने रोग वाले रोगी के पाखाने, पेशाब आदि परक्लोराईड आफ़ मरकरी (५०० भाग जल में एक भाग मिला कर) डालदो और उन्हें या तो अँगीठी में, जो विशेष करके इस काम के लिये बनाई जाती है, जलवा दो या धरती में दबवा दो; परन्तु ऐसा करने से पहिले कम से कम एक घंटा उनका परक्लोराईड में रहना आवश्यक है ।

(१४) रोगी को रूमाल की जगह कोमल मलमल या पुरानी कतान के चौकोन टुकड़े या इससे भी अच्छी वस्तु कोमल काग़ज़ के टुकड़े बर्तने के

लिये देने चाहियें और बर्तने के पश्चात् उन्हें तुरन्त ही जला देना चाहिये ।

(१५) यदि हो सके तो रोगी को पहिनने के लिये फटे पुराने साफ कपड़े देने चाहियें और जब वह मैले होजाएँ तो उन्हें तुरन्त ही जला देना चाहिये।

(१६) चादरें और कपड़े धोबी को उस समय तक न देने चाहियें, जब तक उनको किसी डिसइन्फेक्टैंट वस्तु जैसे कारबालिक एसिड या परक्लोराईड आफ़ मरक्री में न भिगो लिया हो ।

(१७) कुछ कटोरे, कटोरियाँ, रिकाबियाँ, थालियाँ और थाल, चाकू, काँटे, चमचे और गिलास अलग रोटी के कमरे के लिये नियत कर देने चाहियें और उनके ऊपर कोई विशेष चिह्न कर दिया जाए जैसे 'एंटेरिक बुखार के लिये । जब कभी इन्हें बरता जाए, तो तुरन्त किसी डिसइन्फेक्टैन्ट जसे कौंडी फ्लूइड (Condy's fluid) से धो लेना चाहिये ।

(१८) जब तक डाक्टर यह न कहे कि उड़ने रोग लग जाने का भय दूर हो गया है, रोगी को रेल या डाक गाड़ी में यात्रा न करानी चाहिये। जब वह रोग जाता रहे, तो रोगी के कमरे और उसकी प्रत्येक वस्तु को अच्छी तरह डिसन्फेक्ट करना चाहिये ॥

रोग के पश्चात् कमरे और कपड़ों का डिसइन्फेक्ट करना—इस कार्य को करने के लिये सब कपड़ों और बिछौनों को अच्छी तरह फैला कर कमरे में लटका दो। कमरे के बीच में पानी भरे हुए डोल के ऊपर एक लोहे की कड़ाही या गमले में थोड़ी सी गंधक (एक पौंड या आध सेर प्रति हज़ार घन फ़ीट स्थान के लिये ठीक मात्रा है) डाल कर रक्खो। इसके बाद सब दरवाज़ों, खिड़कियों को बंद कर दो और यदि कहीं छेद हो तो उस पर काग़ज़ लगा दो कि हवा भीतर बाहर आ जा न सके। जब सब सामग्री तैयार हो जाए, तो प्रत्येक कड़ाही

में कुछ जलते हुए कोयले रखदो और ज्योंही गंधक जलने लगे तो जिस दरवाज़े से बाहर आओ, उसे बंद करदो और बाहर की ओर से उसके सब दरारों पर कागज़ लगा दो। गंधक को जलने दो और कमरे या घर को २४ घंटे तक बंद रक्खो। दूसरे दिन सब दरवाज़े और खिड़कियाँ खोलो और जहाँ तक हो सके, उन्हें खुला रहने दो और सब कपड़ों और बिछौनों को दिन भर धूप में डाल रक्खो ॥

कपड़ों का धुलवाना—जो कपड़े धुल सकते हों, उन्हें धोबी के यहाँ भेज देना चाहिये और उनके भेजने के पश्चात् फ़र्श को, सब दरवाज़ों और सामान को पहिले साबुन और जल से, पीछे फ़िनाइल से या किसी और डिसइन्फ़ेक्टैन्ट वस्तु से धोना चाहिये।

दीवार को खुरचना—यदि फ़र्श और दीवारें कच्ची हों अर्थात् मिट्टी की बनी हुई हों, तो उन्हें खुरचना चाहिये और फिर नए गारे से लीप देनी चाहियें ॥

हैज़े और चेचक के पश्चात् वस्तुओं का जलाना—हैज़े और चेचक के बाद रोगी की प्रत्येक वस्तु को जला देना उचित है। चारपाई और बिस्तर तक भी जला देना चाहिये; क्योंकि यदि वह पूर्ण रीति से डिस्इन्फेक्ट न किये जाएँ, तो होसकता है कि बरसों पश्चात् भी मनुष्यों को इन दोनों रोगों में से कोई हो जाए। परन्तु और रोगों की दशा में पहिनने के कपड़ों, बिछौनों और कमरे की प्रत्येक वस्तु को अच्छी तरह डिसइन्फेक्ट करना काफ़ी है। ध्यान रहे कि यह डिसइन्फेक्शन बड़ी सावधानता से अच्छी तरह होना चाहिये॥

डिसइन्फ़ेक्ट करने वाली वस्तुएँ—अब मालूम करना चाहिये कि सबसे अच्छी डिसइन्फेक्ट करने वाली कौनसी वस्तुएँ हैं॥

गंधक—रोग के पश्चात् कमरे में जलाने के लिये गंधक सब से अच्छी वस्तु है, जैसा कि ऊपर वर्णन हो चुका है॥

कौंडीफ़लूइड (Condy's fluid) से दुर्गन्धि नहीं आती, जब कि इसे ऐसा तेज़ बनाया जाए कि इस का रंग गुलाबी होजाए। यह आठ सेर पानी में एक छोटा चमचा परमैंगानेट आफ़ पोटाश (Permanganate of potash) डालने से बन जाता है। फ़र्श पर छिड़कने और प्यालों में भर कर कमरे में रखने के लिये सबसे अच्छी वस्तु है। जिस पानी से रोगी को नहलाना हो या नर्स को हाथ धोने हों, उसमें उसको डाल देना बड़ी अच्छी बात है। इससे, बिना किसी प्रकार की हानि के, मुख और बाल भी धो सकते हैं।

कार्बोलिक एसिड (Carbolic acid) इसकी दुर्गन्धि बड़ी तीक्ष्ण होती है और कुछ मनुष्यों को बहुत दुःखदाई होती है। इसलिये इसे केवल पहिनने के कपड़ों या उन वस्तुओं के लिये जो कमरे के बाहर हों, बर्तना चाहिए। जिस जल में पहिनने के कपड़े या चादरें धोबी को भेजने से पहिले भिगोई हों, उसमें यह भी २० भाग जल में एक भाग डालना बहुत

अच्छा है या उसमें परक्लोराईड आफ़ मरकरी Perchloride of mercury (प्रति १००० भाग जल में १ भाग) डालना चाहिए ॥

परक्लोराईड आफ़ मरकरी-(Perchloride of mercury) मल को डिसइन्फ़ेक्ट करने के लिए प्रति ५०० भाग जल के पीछे १ भाग और कपड़े भिगोने के लिए प्रति १००० भाग के पीछे १ भाग डालना चाहिए ॥

टिंक्चर आफ़ आयोडीन-(Tincture of Iodine) चीर फाड़ की क्रिया करने से कुछ घंटे पहिले और फिर क्रिया से तनिक पहिले चाम पर लगाने और हाथों को डिसइन्फ़ेक्ट करने के लिए बरता जाता है ॥

रोगों का नकशा, रोग का प्रवेश और उसका उत्पन्न होना—नीचे दिया हुआ नकशा इस बात के जानने के लिए उपयोगी

होगा कि छूत लग जाने के पश्चात् कितने समय में रोग उत्पन्न होजाता है और छूत का समय कब तक रहता है ॥

रोग का नाम	छूत लगजाने के पश्चात् रोगउत्पन्न होने अथवा रोग के चिह्न जैसे फुंसी आदिनिकलने का समय	वह तारीख़ जब किसी विशेष रोग की फुंसियाँ		क्वारंटीन अथवा और मनुष्यों से मिलने जुलने की रोक की मुद्दत जो सब से पिछली छूत लगने की तारीख़से गिननी चाहिए।	छूत का समय कब बीत जाता है।
		निकलें	मुर्झा जाएँ		
एशियाई हैज़ा (Asiatic cholera.)	कुछ घंटों से १० दिन तक; प्रायः ३ से ६ दिन तक।	....	....	१२ दिन	दस्त बिल्कुल बंद होने से सात दिन तक

हलकीचेचक (Chicken pox)	१० से १६ दिन तक	पहिले दिन और अगले ३ दिन	चौथे दिन के लग भग	२० दिन	जब हर एक छिलका झड़ चुके।
डिपथीरिया Diphtheria	२ से १० दिन तक	....	....	१२ दिन	चार हफ्ते में यदि मवाद और एल्बूमिन न निकलता हो और परीक्षा करने से नाक और कंठ में रोग के बीज न पाए जाएँ।

रोग का नाम	छूत लग जाने के पश्चात् रोग उत्पन्न होने अथवा रोग के चिह्न जैसे फुंसी आदि निकलने का समय	वह तारीख़ जब किसी विशेष रोग की फंसियां निकलें	वह तारीख़ जब किसी विशेष रोग की फंसियां मुर्झा जाएं	क्वारंटीन अथवा और मनुष्यों से मिलने जुलने की रोक की मुद्दत जो सब से पिछली छूत लगने की तारीख से गिननी चाहिये	छूत का समय कब बीत जाता है।
हल्का ख़सरा German Measles.	७ से १८ दिन तक—कुछ अधिक भी	दूसरे से चौथे दिन तक ।	चौथे से सातवें दिन तक ।	२० दिन	दाने निकलने के समय से कम से कम दस दिन तक

खसरा (Measles)	१०से१४ दिन	चौथे दिन। दाने निकलने से २ दिन पहिले रोगी की छूत बहुत होती है।	पाँचवें दिन से सातवें दिन तक	१६ दिन	दाने निकलने के समय से कमसे कम दो हफ्तेतक।
कण्ठमाला (Mumps)	१०से २२दिन तक	...	...	२४ दिन	कम से कम तीन हफ्ते, वह भी तबकि जबसब सूजन उतरे हुए एक सप्ताह हो जाए।
ताऊन (Plague)	२ से ८ दिनतक कभी १५दिनतक भी, परन्तु विशेष दशा में।	...	...	३ सप्ताह	एक महीना

रोगकानाम	छूत लग जाने के पश्चात् रोगउत्पन्न होने अथवा रोग के चिह्न जैसे फुंसी आदि निकलने का समय	वह तारीख़ जब किसी विशेष रोग की फुंसियां		क्वारंटीन अथवा और मनुष्यों से मिलने जुलने की रोक की मुद्दत जो सब से पिछली छूत लगने की तारीख़ से गिननी चाहिये	छूतका समय कब बीत जाता है।
		निकलें	मुर्झा जाएं		
दाद (Ring-worm)		...	...	...	जब परीक्षा करने से टूटे हुए रोगयुक्त बाल न पाए जाएँ

लाल बुख़ार (Tearlet fever)	१ से ८ दिन तक, प्रायः ३ से ५ दिन	दूसरे दिन	पाँचवें दिन	१० दिन	जब कंठ की पीड़ा और एल्बूमिन का निकलना बन्द हो जाए। परन्तु ६ सप्ताह से किसी दशा में कम नहीं।
चेचक	१२ से १४ दिन	तीसरे या चौथे दिन	नवें या दसवें दिन	१६ दिन	जब प्रत्येक छिल्का झड़ जाए।
टाईफाइड बुख़ार (Typhoid) fever	७ से २१ दिन तक, प्रायः १० से १४ दिन	आठवें या नवें दिन	इक्कीसवें दिन	२३ दिन	निश्चित नहीं।

रोग का नाम	छूत लग जाने के पश्चात् रोग उत्पन्न होने अथवा रोग के चिह्न, जैसे फुंसी आदि निकलने का समय	वह तारीख़ जब किसी विशेष रोग की फुंसियाँ		क्वारंटीन अथवा और मनुष्यों से मिलने जुलने की रोक की मुद्दत जो सबसे पिछली छूत लगने की तरीख़ से गिननी चाहिये	छूत का समय कब बीत जाता है
		निकलें	मुर्झा जाएँ		
टाइफस (Typhus)	५ से १४ दिन परन्तु यह समय बहुत घटता बढ़ता है।	पाँचवाँ दिन	चौधवाँ दिन	१४ दिन	४ सप्ताह पीछे

कालीखाँसी	७ से १४ दिन	सम्भव है कि काली खाँसी तीन सप्ताह तक प्रगट न हो, यद्यपि छूत रोगी को इससे पहिले लग चुकती है।	....	२१ दिन	रोग के आरंभ से पाँच सप्ताह के भीतर, यदि खाँसी और इसकी विशेष प्रकार की आवाज़ को हटे हुए कम से कम २ सप्ताह होगए हों।
पीला बुखार	३ से ६ दिन और विशेष दशाओं में १३ दिन	....	....	१५ दिन	

तपेदिक (Consumption)–ट्युबर्किलोसिस रोग (Tuberculous disease) जिसे तपेदिक और फेफड़ों में होने के कारण थाइसिस भी कहते हैं, शरीर के किसी भाग में हो सकता है।

हम स्वास्थ्य-रक्षा के वर्णन में दिखा चुके हैं कि यह किस प्रकार फैलता है। फेफड़े के दिक़ी रोग में नीचे लिखी बातों पर ध्यान देना आवश्यक है:—

(क) जहाँ तक हो सके, रोगी को ताज़ी शुद्ध वायु में रक्खा जाए।

(ख) उसके सब कपड़े हल्के और ढीले हों। यदि हो सके तो रात दिन ऊनी कपड़े पहिने रक्खे। पाँव गरम और खुश्क रहें।

(ग) नियम पूर्वक व्यायाम करे। सब काम नियत समय पर हों और जहाँ तक हो थकान से बचे।

(घ) रात को सदा गरम पानी से सारे शरीर को स्पंज द्वारा पोंछ दिया जाए। यदि रोगी सह

सके, तो ठंडे पानी से। फिर खुर्दरे तौलिये और त्वचा के रगड़ने वाले दस्ताने से त्वचा को अच्छी तरह रगड़ कर मलें। शरीर की खाल के काम की ओर अच्छी तरह ध्यान देना इस रोग की चिकित्सा का आवश्यक अंश है और यदि रात के समय पसीना भी आता हो तो चाम को रगड़ने से पहिले साबुन और जल से धो लेना आवश्यक है।

(ङ) रोगी के मुँह या नाक से जो कुछ निकले, उस पर तुरन्त ही डिसइन्फ़ेक्ट करने वाली दवाई डाल देनी चाहिये।

तपेदिक के रोगी के लिये सबसे अच्छा उपाय यह है कि उसके थूकने के लिये एक विशेष प्याला या बरतन हो, जिसमें लकड़ी का बुरादा हो या पर-क्लोराईड आफ़ मर्करी (Perchioride of mercury) या फ़िनायल(प्रति ५००भाग जल में १भाग)से भरा हो और काग़ज़ के रूमाल बर्तने को हों। फिर थूक को जलते हुए कोयलों पर उलट देना और रूमालों

को जला देना चाहिये। यदि तपेदिक का रोगी फ़र्श पर या घर के निकट किसी स्थान पर थूके, तो उससे केवल मनुष्यों ही के रोगी हो जाने का भय नहीं, वरन् यह भी हो सकता है कि यह रोग मुर्गियों और पशुओं को भी हो जाय और यदि हम उन पशुओं का मांस खाएँ, तो उनसे हमें हो सकता है।

अच्छा बलदायक भोजन भी बहुत ही आवश्यक है। इसे ऐसी रीति से पकाना चाहिये कि इस से भूख बढ़े और चित्त प्रसन्न करने वाले ढंग से खिलाया जाए। बहुत सा दूध, मलाई, कच्चे अंडे और मक्खन इन सब वस्तुओं को जहाँ तक हो सके बदल बदल कर दो।

सख़्त या नमकीन मांस, दूसरी बेर पकाए हुए भोजन, अचार, मिर्च मसाले से बचना चाहिये।

नीचे लिखे भोजन यथाक्रम दिये जाएँ:—

(क) सबेरे उठने पर बहुत गरम या थोड़ा गरम दूध दो, उसकी मात्रा क्रम से बढ़ाते जाओ, यहाँ

तक कि सवा पाव या डेढ़ पाव हो जाए। इसमें थोड़ा सा सोडियम फ़ास्फ़ेट (Sodium Phosphate) मिला सकते हो कि अँतड़ियों को सहायता मिले या सोडियम बाईकार्बोनेट (Sodium bicarbonate) या सोडियम सिट्रेट (Sodium citrate) कि दूध जल्दी पच जाए।

(ख) यदि रुचि हो तो दूध में बनी हुई चाय का एक प्याला सवेरे के समय पिलाया जाए।

(ग) खाना चाय के एक घंटे बाद दिया जाए; परन्तु यह बल देने वाला हो। यह अच्छा होगा कि बिस्तर पर ही खाएँ, पश्चात् हाथ मुँह धोकर कपड़े पहिनें।

(घ) इस लिये कि तीसरे पहर के आहार की भूक ख़राब न हो, खाने के डेढ़ घंटे बाद एक या हो सके तो दो कच्चे अंडे तोड़ कर एक ग्लास में डालो, फिर ज़रा सा नमक और काली मिर्च इसमें मिला लो, या थोड़ा सा दूध डाल

कर फेंट लो और खिलाओ।

(ङ) दोपहर को अच्छा भोजन। (यदि डाक्टर ने कहा हो तो) बीर, लाल शराब या स्पिरिट भी साथ हो।

(च) टिफ़न के डेढ़ घंटे बाद दूध, या अंडे खिलाएँ।

(छ) तीसरे पहर दूध में पकी हुई चाय या केवल दूध और कच्चे अंडे बहुत सी रोटी और मक्खन खिलाएँ।

(ज) सात या साढ़े सात बजे अच्छा बलदायक आहार।

(झ) सोते समय दूध या यदि हो सके तो उसमें डाल कर या उसके साथ कच्चा अंडा भी हो।

इस रोग की और बहुत से और रोगों की भी अच्छी चिकित्सा सफ़ाई है, न केवल उन मनुष्यों को अच्छा

करने के लिये जो रोगी हैं, वरन् इस लिये भी कि स्वस्थ मनुष्य रोगी न हो जाएँ। यदि ऐसे मनुष्यों को, जो तपेदिक के रोगी मां बाप से उत्पन्न हुए हैं, रहने के लिये ख़ुश्क घर और साँस लेने के लिये बहुत सी ताज़ी हवा मिले, तो इस रोग का नाम निशान भी न रहेगा॥

छठा अध्याय ।

रोगी के लिये नुसख़े । पीने योग्य वस्तुएँ बलदायक आहार ।

नीचे लिखे हुए नुसख़े रोगियों के लिए उपयोगी होंगेः—

चावलों का पानी (Rice water) अर्थात् पीच—एक छटाँक चावलों को ठंडे पानीसे धोओ, फिर एक घंटे तक उसे उबालो। फिर छानकर उसमें एक नींबू का रस निचोड़ दो। सादा रखना चाहो, तो उसमें दारचीनी मिला दो।

जौ का पानी (पतला) (Barley water thin)—अच्छी तरह धोए हुए जौ एक छटाँक, थोड़ा सा नींबू का छिलका और बूरा लो, आध सेर उबलता हुआ पानी डालो, जब ठंडा हो जाए, तो छान लो।

जौ का पानी (गाढ़ा) (Barley water thick)—गाढ़ा बनाने के लिये ऊपर लिखी हुई वस्तुओं को

उसी मात्रा में एक कलई की हुई देगची में डाल कर दो घंटे तक उबालो और शीशे के बर्तन में छान लो, जिस में नींबू के छिलके और बूरा पड़ा हो।

इन दोनों में, विशेष करके बुखार की दशा में, नींबू का रस डाल दो।

जई के आटे का पानी (Oatmeal water)—आध पाव जई के आटे को दो या तीन सेर पानी में उबालो और उसमें आधी छटाँक बूरा मिला दो। यदि बहुत गाढ़ा हो तो इच्छानुसार पानी और मिला लो। अब पानी को निकाल कर उसमें नींबू का रस मिला दो॥

लेमोनेड (Lemonade)—एक नींबू के छिलके को बारीक कतर कर शीशे के ग्लास में डालो और उसके साथ आधी छटाँक बूरा भी डालो, इस पर ... छोड़ दो और उसमें तीन छटाँक

ठंडा पानी या यदि चाहो तो, सोडावाटर की एक बोतल डाल दो ।

आरंजेड अर्थात् संतरे का पानी (Orangeade)—तीन या चार संतरों और एक नींबू के रस को सेर ठंडे पानी में डाल कर थोड़ा सा बूरा मिलालो ।

टोस्ट वाटर (Toast water)—डबल रोटी का पानी, रोटी का एक टुकड़ा जो सिक कर लाल हो गया हो (जल न गया हो) और दो तीन लौंगें लो । इस पर ठंडा पानी डालो और आध घंटे तक रख छोड़ो । यह अच्छी तरह मिल जायगा और पीने योग्य हो जायगा ॥

सेब का पानी–(Apple water) तीन भुने सेब नींबू के छिलके और बूरे को एक शीशे के या पत्थर के बर्तन में डालो और आध सेर गरम पानी मिलादो, सेब का पानी बन जाएगा ।

अलसी की चाय (Linseed Tea)–चायदानी या शीशे के बर्तन में तीन बड़े चमचे अलसी के भर कर डालो और उस पर सेर भर उबला हुआ पानी डाल कर ढक दो और चार घंटे तक छोड़ दो कि उसका रस निकल आए। उसको छान कर शहद या बूरा डाल कर मीठा करलो या मलट्ठी या नींबू के रस से इसे स्वादिष्ट कर लो।

चोकर की चाय (Bran Tea) इसी तरह से बनाई जाती है॥

सेज की चाय (Sage Tea)—सेज के वृक्ष के पाव छटाँक हरे पत्तों (यदि खुश्क हों, तो थोड़े चाहियें) और थोड़े से बूरे और नींबू के छिलकों पर सेर भर खौलता हुआ पानी डालो। आध घंटे तक आग के निकट रख छोड़ो, फिर छान लो॥

बेल का पानी (Bael water) आध सेर पानी में बेल के रस के दो तीन छोटे चमचे भर कर

डालो (यदि इसमें ताज़ा गूदा अधिक हो, तो और भी अच्छा) और इच्छानुसार मीठा डाल दो।

बुख़ार में ठंडक पहुँचाने वाला शरबत—एक छोटा चमचा (Tea spoon) भर क्रीम आफ़ टार्टर (Cream of tartar) लो, एक नींबू को बारीक कतरो और दो बड़े चमचे बूरे के लो और आध सेर उबलता हुआ पानी या जौ का पानी लो। इसे ठंडा हो जाने दो और फिर बरतो।

दूध और सोडावाटर—प्याला भर दूध को इतना गरम करो कि वह उबलने के लगभग हो जाए। फिर चमचा भर बूरा और प्याले का दूध बड़े गलास में डालो और सोडावाटर का अद्धा या उससे अधिक उस में मिला दो।

सुफ़ेद शराब द्वारा निकाला हुआ दूध का रस (White wine whey)—कोई सवा सेर ताज़ा दूध सास-पान (Sauce pan) में डालकर ऐसी अँगीठी पर गरम करो, जिस की आग साफ़ हो और दूध

को हिलाते रहो, यहाँ तक कि वह उबलने लगे। फिर उसमें चार औंस शेरी शराब डालो और पाव घंटे तक पकाओ। उबाल के साथ जो झाग आदि आएँ उन्हें उतार कर फेंक दो। फिर उसमें बड़ा चमचा भर और शेरी शराब डालो, फिर कुछ मिनट तक झाग उतारते रहो॥

रेनट का पानी (Rennet Whey) ताज़ा गरम दूध आध सेर गाय के थन से निकाला हुआ या आग पर उतनी ही टेंपरेचर तक गरम किया हुआ लो। उस में बड़ा चमचा रेनट (Rennet) डालो, फिर आँच ज़रा ज़्यादा करदो यहाँ तक कि दूध फट जाए और झाग चमचे से उतार दो।

दूध में शेरी शराब की जगह ताज़ा नींबू का रस या नींबू मिलाकर गरम करने और इसी तरह उबालने से दूध का स्वादिष्ट पानी बन जाता है॥

भेड़ के मांस का शोर्बा (Mutton Broth)—आध सेर पतला मांस बिना हड्डियों के लेकर आध सेर पानी में डाल लो। धीरे धीरे उबालो, यहाँ तक कि अच्छी तरह गलने न पाए और स्वादिष्ट बनाने के लिए नमक और प्याज़ डाल दो और एक साफ़ बर्तन में पलट दो। जब ठंडा होजाए, चिकनाई उतार लो और इच्छानुसार गरम करलो। यदि जौ या चावल डालने हों, तो या तो उन्हें अलग बर्तन में उबाल कर गला लो और जब शोर्बा पीने के लिये गरम करो, तो उस में मिला लो या उन को शोर्बे के साथ ही पकाओ।

चूज़े का शोर्बा (Chicken soup)—एक छोटे कोमल चूज़े के हड्डियों समेत बहुत छोटे छोटे टुकड़े करलो और एक बर्तन में डाल दो और उस पर इतना ठंडा पानी डालो कि मांस पर फिर जाय और दो घंटे तक रख छोड़ो। फिर ढकने को आटे से बंद करके एक घंटे तक तंदूर में पकाओ या इस

को उबालो। इससे बहुत अच्छा तेज़ शोर्बा निकलना चाहिये। भेड़ के मांस का शोर्बा भी इसी तरह बन सकता है ॥

अंडे का शोर्बा—दो अंडों की ज़रदी लेकर अच्छी तरह फेंट लो और धीमी आग पर गरम करो। इसमें आध सेर पानी थोड़ा थोड़ा करके डालो, फिर थोड़ा सा मक्खन और बूरा मिला दो। जब यह उबलने लगे, तो उसे देगची से कूज़े में डाल लो और फिर कूजे से देगची में, यहाँ तक कि अच्छी तरह मिल जाए और उसमें झाग उठने लग जाएँ।

बादाम का शोर्बा—यह बड़ा लाभदायक होता है। एक देगची में तीन पाव दूध डाल कर आध पाव धुले हुए चावल, थोड़ा सा नमक और बूरा डाल लो और घंटे भर तक धीमी धीमी आग पर गरम करो। दो छटाँक मीठे और चार या पाँच दाने कड़वे बादामों के ले कर कूंडी में डाल कर रगड़ो और उसमें थोड़ा थोड़ा दूध डालते जाओ

यहाँ तक कि पाव भर दूध पड़ जाए। और जब अच्छी तरह पिस जाएँ तो उन में आध सेर दूध डाल कर छान लो। अब इसको देगची में डाल कर गरम करो और हिलाते रहो, लेकिन इसे उबलने न दो। और जब गरम हो जाए चावलों पर खाने के लिये डाल लो।

चावलों की लपसी—छटाँक भर पिसे हुए चावलों को दो सेर पानी में चालीस मिनट तक उबालो और उस में थोड़ी सी दारचीनी डाल दो। कई मनुष्यों को यह भोजन नारंगी के मुरब्बे के साथ बहुत भाता है।

दलिया—दलिया पानी या दूध डालकर बनाते हैं या दूध या पानी मिला हुआ। एक देगची में दो बड़े चमचे जई के आटे के और थोड़ा सा पानी डाल कर अच्छी तरह मिला लो, फिर उसमें आध सेर पानी या दूध और डाल दो और घंटे भर तक धीरे धीरे उबलने दो और बार बार हिलाते रहो।

स्वादिष्ट बनाने के लिये इसमें नमक या बूरा डाल लो। यदि बलदायक दलिया चाहिये, तो दूध और गरम पानी डालना चाहिये।

नोट—यह स्मरण रहे कि रोगी केवल चाय, शोर्बा या शरबत ही पीकर नहीं रह सकते। शोर्बे के जो नुस्खे बताए गए हैं, उन में से बहुत से उत्तेजक हैं। यदि लाभदायक और उत्तेजक आहार की आवश्यकता हो, तो ऐसी वस्तुएँ जिन में निशास्ता अधिक हो जैसे चावल, सागूदाना, टपीओका (Tapioca) या जौ को शोर्बे के साथ चार पाँच घंटे तक धीमी आग पर गरम करके छान लेना चाहिये॥

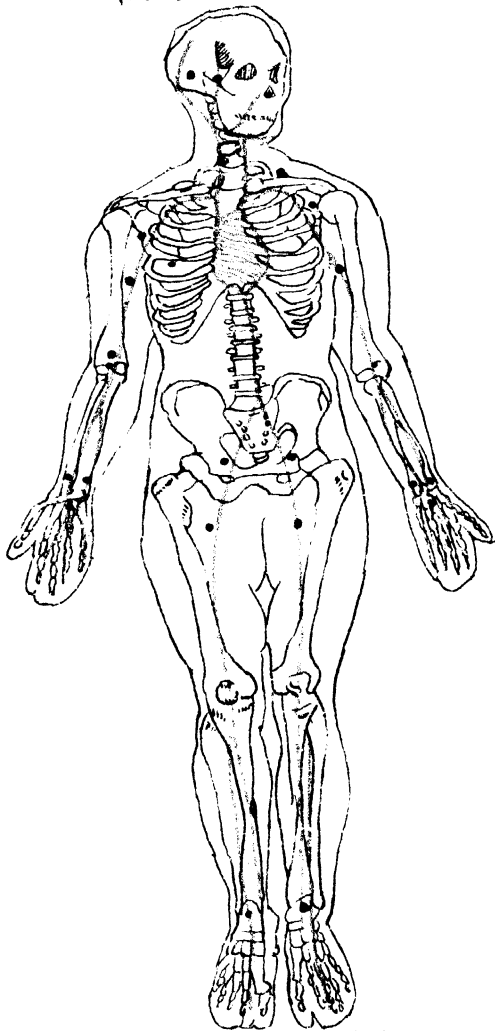
चौथा भाग ।

अचानक चोट चपेट लग जाने और आपत्तियों के अवसर ।

पहिला अध्याय ।

आरम्भिक सहायता (First aid) कई कारणों से लहू का निकलना । देह के विविध भागों का लहू बंद करने की रीतियाँ । तिकोनी पट्टियाँ । विविध भागों पर पट्टी बाँधने की रीतियाँ । लिपटी हुई पट्टियाँ ।

आरम्भिक सहायता (First aid)—संसार में हमें कभी कभी ऐसे मनुष्यों की सहायता करनी होती है, जिन के चोट चपेट लग गई हो या जो अचानक बीमार हो गये हों। इस लिए हमें मालूम होना चाहिये कि डाक्टर के आने से पहिले ऐसी अवस्था में क्या करना उचित है; क्योंकि चोट लगते ही घायल मनुष्य की सेवा करने से प्रायः उसके प्राण बच जाते हैं ।

शरीर की धमनियां।

काले बिन्दुओं से वे स्थान सूचित होते हैं जहां दबाव डालने से बहता हुआ लहू बन्द हो जाता है।

कभी कभी तो चोट या मोच बहुत साधारण सी होती है, परन्तु कभी कभी ऐसा गहरा घाव हो जाता है कि यदि उस पर तुरन्त ही ध्यान न दिया जाए तो इतना लहू निकलता है कि मनुष्य मर जाता है। या कभी कभी मनुष्य की हड्डी टूट जाती है। यदि उसकी तुरन्त ही रोक थाम न की जाए, तो मनुष्य आयु भर के लिये अपाहज हो जाता है।

घाव चाहे छोटा हो या बड़ा, पहिली आवश्यक बात यह है कि खून के बहने को रोका जाए।

लहू बन्द करना—यदि लहू बहुत ही थोड़ा निकलता हो तो अच्छा, नहीं तो लहू बंद करने के लिये नीचे लिखी चार बातें पहिलेपहिल करना उचित है:—

(१) घायल मनुष्य को लिटा दो और जिस अंग से लहू निकलता है उसके नीचे गद्दी या कोई कपड़ा लपेट कर रख दो और अंग को ऊँचा कर दो।

(२) जब तक तुम्हें घाव को बाँधने के लिये कोई सामान न मिल जाए, तब तक उस घाव को, यदि वह छोटा हो, अँगूठे या अँगुली से दबाय रक्खो। यदि घाव बहुत बड़ा हो, तो घाव से हृदय की ओर प्रेशर पाइँट (Pressure Point) को दबाओ [प्रेशर पाइँट ऐसा स्थान होता है जहाँ पर धमनी (Artery) को दबाने से हृदय से घाव तक खून आना बंद होजाता है]। यह प्रयोजनीय है कि हृदय से आने वाले लहू को बंद करने के लिये हमें इन प्रेशर पाइँटों (Pressure Points) का ज्ञान हो। यह प्रेशर पाइँट पिंजर के दिये हुए चित्र में चिह्नों द्वारा दिखाए गए हैं। हर एक चिह्न से यह पता लगता है कि धमनी (Artery) को किस स्थान पर दबाया जाए कि हृदय से घाव की ओर खून आना बंद हो जाए, जैसे यदि घाव कोहनी के नीचे की ओर हो, तो बाँह के ऊपर के भाग के बीच में भीतर की ओर लग भग आस्तीन की सिलाई की सीध में दबाना चाहिये।

(३) मैल मिट्टी दूर करने के लिये शुद्ध जल से धो डालो।

(४) यह बात मालूम करो कि लहू धमनी (Artery) से निकलता है या शिरा (Vein) से, या केवल ऊपर की त्वचा से।

लहू तीन प्रकार से निकलता है और यह मालूम करना कठिन नहीं है कि किस प्रकार से लहू निकलता है यदि हम याद रक्खें कि—

(१) धमनियों (Arteries) से खून उछल उछल कर निकलता है और चमकीला लाल रंग का होता है।

(२) शिराओं (Veins) से लहू धीरे धीरे और लगातार बहा करता है और बैंगनी रंग का होता है।

(३) बहुत सूक्ष्म रगों से जिन्हें केपीलरी (Capillary) कहते हैं लहू रिस रिस कर बहुत ही धीरे धीरे निकलता है।

धमनियों (Arteries) से निकलते हुए लहू को बन्द करना—एक सख़्त गद्दी घाव के ऊपर उस ओर को जो हृदय से अधिक नज़दीक

हो, ऐसे ज़ोर से कस कर बाँधो कि बड़ी धमनी हड्डी से लग कर दब जाए। फिर एक और पट्टी घाव के ऊपर बाँध दो। गद्दी बोरेसिक गाज़ लिंट (Boracic gauze or lint) की बनी हुई खुश्क और सख़्त होनी चाहिये। अगर बोरेसिक लिंट न मिल सके, तो किसी शुद्ध कपड़े या बिना छपे हुए काग़ज़ की बना लेनी चाहिये। परन्तु इस बात को स्मरण रखना चाहिये कि अत्यन्त शुद्धता की आवश्यकता है, ताकि रोग के बीज घाव में प्रवेश न कर जायें।

गद्दी और पट्टी एक साथ बनाना—तिकोन आकार का एक सूती कपड़ा लो और उसके बीच में गाँठ दे दो (देखो चित्र ५) और कोई सख़्त चीज़

चित्र ५

जैसे पत्थर का टुकड़ा, रुपया, पैसा, आदि गाँठ के बीच में देदो और पट्टी बाँधने से पहिले इस गाँठ वाले भाग को घाव के ठीक ऊपर रख लो। पट्टी को मज़बूत बाँधने के लिये गाँठ के नीचे पैंसिल या लकड़ी का कोई लम्बा टुकड़ा रख लो (देखो चित्र ५ अ) और इसको खूब घुमाकर पट्टी को कस दो।

चित्र ५ अ

शिराओं (Veins) से निकलते हुए लहू को रोकने के लिये भी ऊपर की रीति पर चल सकते हैं। केवल इतना भेद है कि पहली गद्दी को घाव के नीचे हृदय से दूर कस कर बाँधना चाहिये। लहू बन्द करने की यह दो रीतियाँ सुगमता से याद रह सकती हैं, यदि हमें यह मालूम हो कि धमनियों (Arteries) में जो लहू होता है, वह सीधा हृदय से आता है। इसलिए उसको रोकने के लिए गद्दी हृदय

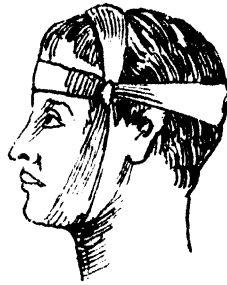
की ओर होनी चाहिये और जो खून शिराओं (Veins) में होता है वह हृदय की ओर जा रहा है; इसलिये उसे रोकने के लिये गद्दी को हृदय से परे की ओर बाँधना चाहिये।

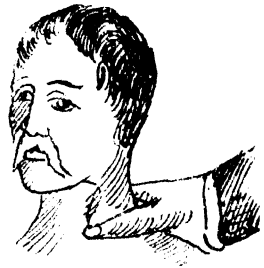
अति सूक्ष्म रगों से निकलते हुए लहू को रोकने के लिये घाव पर शीतल जल या बर्फ़ के जल की पट्टी बाँधनी चाहिये या बहुत गर्म जल से उसे धो डालना चाहिये। लहू बंद करने के लिये अत्यंत गरम और अत्यंत शीतल जल का एक ही प्रभाव होता है।

देह के प्रत्येक भाग पर पट्टी एक ही तरह नहीं बाँधी जा सकती। किसी किसी भाग पर पट्टी बाँधना सहज है और किसी किसी पर कठिन।

लहू बन्द करना—

(१) सिर से—(चित्र ६) घाव पर एक मोटी सी गद्दी रक्खो और उस पर दो पट्टियाँ बाँधो

एक सिर के इर्द-गिर्द और दूसरी डाट की भाँति सिर के ऊपर और ठोड़ी के नीचे।

चित्र ६

(२) गर्दन से–(चित्र ७) इस स्थान पर पट्टी नहीं बाँध सकते, परन्तु घाव के स्थान और उसके ऊपर और नीचे की बड़ी रगों को अँगुलियों से दबाना चाहिये; और दबाव का ज़ोर पीछे की ओर रीढ़ की हड्डी पर होना चाहिये।

चित्र ७

(३) बगल से—एक बड़ी सी पक्की गद्दी घाव के स्थान पर बाँह के नीचे दबा कर रक्खो और बाँह को पसलियों के साथ बाँध दो। यदि लहू बंद न हो, तो अँगूठे से उस रग को दबाओ जो गर्दन के पास हँसली की हड्डी के अन्दर के मोड़ के पीछे को दिखलाई देती है।

(४) बाँह के उस भाग से जो कोहनी के ऊपर होता है—एक गद्दी घाव के ऊपर और एक और कुछ ऊपर को बाँह के भीतर की ओर लगाओ; अर्थात् उस रेखा पर जहाँ कोट की सीवन नीचे को जाती है।

चित्र ८

(देखो चित्र ८)

(५) बाँह के उस भाग से जो

कोहनी के नीचे होता है—एक गद्दी कोहनी के मोड़ के खाली भाग पर रक्खो और बाँह के नीचे के भाग को ऊपर के भाग के साथ मिला कर रक्खो और दोनों पट्टी से बाँध दो। (देखो चित्र ९)

चित्र ९

(६) हाथ से—एक पक्की गद्दी या किसी नरम लकड़ी का टुकड़ा घाव पर रक्खो, और मुट्ठी बंद करके उसे पकड़े रक्खो और मुट्ठी पर पट्टी बाँधो और गले में पट्टी डाल कर हाथ को उसमें रख दो। यदि लहू बहुत निकलता हो, तो कलाई की दोनों ओर की धमनियों (Arteres) या नब्ज़ के ऊपर दो पक्की पट्टियाँ बाँध दो (देखो चित्र १०)॥

चित्र १०

(७) **जाँघ से**—एक गद्दी घाव के ऊपर रक्खो, एक और भीतर की ओर तनिक ऊपर को और दोनों को लकड़ी के टुकड़े की सहायता से बाँध दो। यदि आवश्यकता हो, तो रग को कूले के मध्य में अँगुलियों के जोड़ से दबाओ॥

(८) **घुटने के पीछे की ओर से**—घाव के ऊपर गद्दी और पट्टी बाँध दो और फिर तनिक ऊपर जाकर भी ऐसा ही करो। पट्टी कस कर बाँधने की जो रीति (चित्र ५ अ) में वर्णन की गई है, उसको काम में लाओ॥

(९) **टाँग से**—घाव पर भी गद्दी और पट्टी बाँध दो और उससे ऊपर भी और घुटने के पीछे की ओर की रग को दबाओ। और यदि अब भी लहू बंद न हो, तो घुटने की गुच्ची में एक गद्दी रख दो और टाँग को जंघा से मिला कर दोनों को पट्टी से मजबूत बाँध दो जैसा कि बाँह के सम्बन्ध में वर्णन किया गया है॥

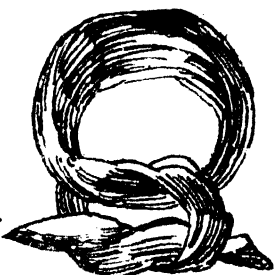
(१०) **पाँव से**—घाव पर पट्टी और गद्दी बाँधो और दोनों तरफ़ के टखनों (गट्टों) की हड्डियों पर गद्दियाँ बाँधो। यदि आवश्यकता हो, तो टखने के बाहर की ओर मध्य में एक और गद्दी और पट्टी बाँधो। अगर अब भी लहू बंद न हो, तो एक गद्दी घुटने के नीचे रक्खो और टाँग को मोड़ कर जंघा से बाँध दो॥

(११) **पेट के किसी विशेष भाग या छाती से**—घायल मनुष्य को इस प्रकार लिटाओ कि, घाव नीचे को आए, और घुटने जुड़े हुए हों। ठंडा जल या बर्फ़ छाती पर रक्खो, और बर्फ़ बार बार खाने के लिये दो; परन्तु शराब या और कोई नशे वाली वस्तु न दो॥

(१२) **नाक से**—दोनों बाँहों को खड़ा करो। नाक और माथे पर बर्फ़ या ठंडे पानी में भिगो कर कपड़ा रक्खो। यदि अब भी लहू बंद न हो, तो छटाँक भर पानी में पाँच रत्ती फिटकड़ी मिला

कर उसमें रूई तर करलो और नथनों में रक्खो या फिटकड़ी का चूरा हुलास की तरह सुँघाओ ॥

तिकोनी पट्टियाँ—देह के प्रत्येक भाग के लिये सब से अच्छी पट्टी तिकोने आकार की होती है। उसके बनाने के लिये मलमल का एक चालीस इंच चौकोर टुकड़ा लो और एक कोने से दूसरे कोने तक कर्ण के साथ साथ काट कर दो तिकोनी पट्टियाँ बना लो। पट्टी की सब से लंबी भुजा अर्थात् कर्ण को "आधार" कहते हैं। और उसके सामने की नोक को "चोटी" कहते हैं। यदि चौड़ी पट्टी की आवश्यकता हो, तो चोटी को 'आधार' के साथ लगाओ और पट्टी को दुहरा कर लो। यदि चौड़ी पट्टी की आवश्यकता न हो, तो नोक को आधार के पास लेआओ और पट्टी की तीन तहें कर दो। पट्टी बाँधने की कई रीतियाँ हैं, या तो उसको सेफ़टी (न चुभने वाली) पिन लगा कर मज़बूत कर दो या इस प्रकार की गाँठ लगा दो, कि खुल

न जाय (देखो चित्र ११) । यद्यपि तिकोनी पट्टियों के बनाने की रीति एक ही है परन्तु देह के जिस भाग पर उनको बाँधना हो उसके आकार के अनुसार उनकी कई प्रकार से तहें कर सकते हैं और घाव पर रख सकते हैं ॥

चित्र ११

सिर के लिये—देखो (चित्र १२ और १३)

'आधार' पर से डेढ़ इंच के लगभग वस्त्र माप कर मग़ज़ी की नाईं ऊपर की तरफ़ मोड़ दो, पट्टी को मग़ज़ी समेत भँवों के पास माथे पर इस तरह

चित्र १२

रक्खो कि पट्टी की चोटी गर्दन के पीछे को लटकती हो। अब दोनों सिरों को कानों के ऊपर ऊपर करके इर्द-गिर्द लपेट कर सिर के पीछे एक को दूसरे के ऊपर से ले जाओ और फिर आगे लाकर माथे पर गाँठ दे दो, फिर चोटी को धीरे धीरे नीचे खेंचो और नर्मी से मोड़ कर किनारे के साथ मिला दो और पिन से पट्टी के साथ टाँक दो॥

चित्र १३

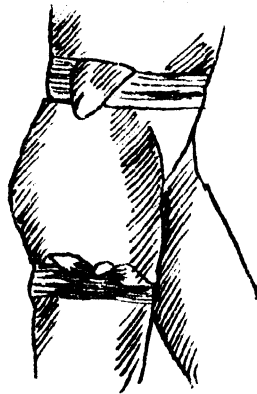
कन्धे के लिये-(देखो चित्र १४) पहिले की नाईं मगजी मोड़ दो, पट्टी के मध्य को कन्धे पर रक्खो, इस तरह कि पट्टी की चोटी ऊपर को गर्दन पर रहे और पट्टी के सिरों को बाँह के मध्य में बाँध दो। एक और पट्टी की चौड़ी तह करो, और बाँह

उसमें इस तरह लटकाओ कि पट्टी के सिरों को

चित्र नं० १४

कन्धों पर से ले जाकर गर्दन के पीछे गाँठ दे दो। पहिली पट्टी की चोटी इस गल पट्टी के नीचे हो।

जब और काम हो चुके, तो चोटी को खेंच कर इस गलपट्टी के ऊपर से उलट दो और पिन से टाँक दो।

कूले के लिये–(देखो चित्र १५) एक छोटी पट्टी कूले के ऊपर देह के इर्द गिर्द बाँधो, एक और पट्टी लो और उसमें मग़जी मोड़ कर उसका मध्य भाग घाव के ऊपर रक्खो, मग़जी को जंघा के गिर्द बाँधो, और इसकी चोटी को तंग पट्टी के नीचे से निकाल कर और फिर मोड़ कर पिन से टाँक दो॥

चित्र १५

छाती या पीठ के लिए–(देखो चित्र नं० १६ और १७) पट्टी का मध्य भाग तो घाव पर रक्खो और चोटी कन्धे पर और सिरे देह के इर्द-गिर्द।

पहिले सिरों को आपस में मिला कर गाँठ दे दो, फिर चोटी को इन सिरों में से एक के साथ बाँध दो ॥

चित्र १६ चित्र १७

बाँह के लिये-(देखो चित्र नं० १८) इसके बाँधने की दो रीतियाँ हैं। एक तो यह कि, चौड़ी पट्टी लेकर दोनों कन्धों के ऊपर से गुजार कर पीठ की ओर बाँध दो। दूसरी यह कि यदि सहारे की

बहुत आवश्यकता हो, तो पट्टी को फैला कर बाँह को उसके बीच में इस प्रकार रख दो कि उसकी चोटी कोहनी के पीछे बाहर को निकली हुई हो। सिरों को कंधों के ऊपर बाँध दो और चोटी पट्टी के साथ टाँक दो॥

चित्र १८

हाथ के लिये—हाथ को फैली हुई पट्टी के खुले सिरे पर इस तरह रक्खो कि उँगलियाँ पट्टी की चोटी की ओर हों और उसको मोड़ कर कलाई की ओर लाओ। दोनों सिरों को पहिले कलाई के गिर्द और फिर एक दूसरे के ऊपर से गुज़ार कर बाँध दो॥

पाँव के लिये—(देखो चित्र नं० १९) पाँव को फैली हुई पट्टी के बीच में रक्खो, इस तरह कि

अँगूठा चोटी की ओर हो। चोटी को पाँव के ऊपर के भाग पर से गुज़ारो और सिरों को आगे की ओर लाकर एक दूसरे के ऊपर से गुज़ारो और इनको या तो गट्टे के गिर्द बाँध दो या, यदि लकड़ी की चपटी वहाँ बाँधनी हो तो, पाँव के तलवे पर।

चित्र १९

शरीर के गोल अङ्गों जैसे माथे, बाँह, टाँग आदि के लिये यह विधि अच्छी है कि तंग पट्टी लेकर उसका मध्य भाग घाव पर रक्खो और सिरों को उस अङ्ग के इर्द-गिर्द लपेटो और अंत में घाव पर आकर गाँठ दे दो।

नोट—जो मनुष्य पट्टी बाँधने में प्रवीण होना चाहें, वह छः आने में विलायत से ऐसी तिकोनी पट्टियाँ मँगवा सकते हैं, जिनके साथ कागज़ पर बनी

हुई शकलें शिक्षा के लिये भेजी जाती हैं। पट्टियों के मँगवाने का पता यह है:—

"St. John Ambulance Association,
London."

ये पट्टियाँ और उनका प्रयोग बताने वाले चित्र लाहौर से भी मिल सकते हैं। पता यह है:—

St. John Ambulance Store Depot,
Charing Cross, Lahore.

यद्यपि तिकोनी पट्टियाँ शरीर के भिन्न भिन्न भागों के लिये उपयोगी होती हैं, तो भी कुछ दशाओं में लिपटी हुई पट्टियों का बर्तना उपयोगी और सुगम होता है, जैसे खपच्ची पर बाँधने के लिये ॥

लिपटी हुई पट्टियाँ—यह पट्टियाँ प्रायः मलमल, फ़लालैन, या कतान की होती हैं। आवश्यकतानुसार उनकी लंबाई चौड़ाई भिन्न भिन्न होती है ॥

पट्टियों की चौड़ाई—शरीर के भिन्न भिन्न अंगों के लिये सब से अधिक उपयोगी पट्टियों की लंबाई चौड़ाई आगे लिखी गई है:—

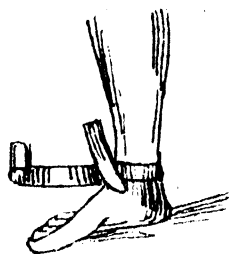
अङ्ग का नाम ।	चौड़ाई	लंबाई ।
उँगलियों के लिये	¾ इंच	एक गज़
बाँह के लिये	२½ ,,	३ से ६ गज़
टाँग के लिये	३ ,,	६ से ८ गज़
छाती के लिये	४ से ५ ,,	८ से १२ गज़
सिर के लिये	२½ ,,	४ से ६ गज़

पट्टी को लपेटना—जब यथेष्ट लंबाई और चौड़ाई की पट्टी काट ली जाय, तो अच्छी तरह बाँधने के लिये आवश्यक है कि इस को सावधानी से लपेट लिया जाए। इसकी रीति यह है कि पहले पट्टी के एक सिरे को कस कर लपेटो। जब दो तीन लपेट आ जाएँ, तो उस भाग को दोनों हाथों की उँगलियों से इस प्रकार पकड़े रक्खो कि अँगूठे ऊपर को हों। एक और मनुष्य से कहो कि पट्टी के बाकी भाग को खेंच तान कर रक्खे। फिर उसको अत्यंत चतुराई और दृढ़ता से लपेटने लग जाओ। ऐसी सावधानता बरतो कि सारी पट्टी में एक सिलवट

भी न आए। यदि पट्टी को उसी समय न बर्तना हो, तो उस में एक पिन लगा दो या सी दो कि खुल न जाए।

नोट—पट्टी लपेटने की मशीन सेंटजान एंबूलैंस लंदन (St. John Ambulance, London) से एक रुपया चौदह आने को मिल सकती है।

साधारण नियम—लिपटी हुई पट्टियों को बर्तते समय सदा यह नियम स्मरण रखने चाहियें:—

जब पट्टी बाँधने लगो तो एक सिरे को तनिक बढ़ा कर छोड़ दो ताकि जब दूसरे सिरे का एक चक्कर आ चुके, तो इस बढ़े हुए भाग को भीतर की ओर मोड़ दें और दूसरे चक्कर में पट्टी उसके ऊपर से गुज़र जाए।

चित्र २०

ऐसा करने से पट्टी दृढ़ हो जाएगी और फिसलने न पाएगी (देखो चित्र २०)।

पट्टी सदा भीतर से बाहर को और नीचे से ऊपर को बाँधो। ध्यान रक्खो कि दबाव हर स्थान पर बराबर और एक जैसा रहे, और यह दबाव न बहुत अधिक हो और न बहुत कम।

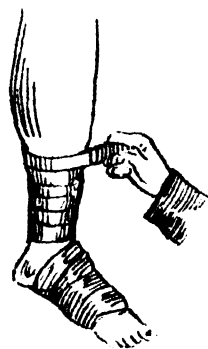
पट्टी में कोई सिलवट न आने पाए। यदि पट्टी को लौटाना या मोड़ना हो, तो हड्डी के तीक्ष्ण किनारे पर से न मोड़ो, किन्तु ऐसे स्थान से मोड़ो जहाँ मांस अधिक हो और बाँधने के लिये या तो पट्टी को सी दो वा सेफ़टी पिन से जकड़ दो।

लिपटी हुई पट्टी से बाँधने की तीन रीतियाँ हैं।

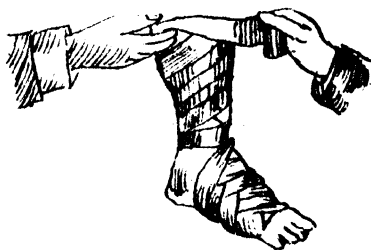
पहले सादा लपेट
दूसरे आड़ी ,,
तीसरे अंगरेजी अंक आठ (8 के आकार की लपेट)।

परन्तु जो साधारण नियम ऊपर लिखे गए हैं, वे

इन तीनों रीतियों में उपयोगी हैं। अब हम प्रत्येक का विस्तार से वर्णन करते हैं।

(१) सादा लपेट-(देखो चित्र २१) इस रीति से पट्टी पेच की शकल में लपेटी चली जाती है। प्रत्येक नई लपेट पहिली लपेट की दो तिहाई को ढाँप लेती है। परन्तु इस प्रकार की पट्टी प्रायः अपने स्थान से फिसल जाती है; इस लिये आड़ी लपेट की पट्टी इससे अच्छी है॥

चित्र २१

(२) आड़ी लपेट-(देखो चित्र २२) इसमें और पहिली रीति में केवल इतना भेद है कि इसमें हर लपेट के पश्चात् पट्टी को मोड़ कर उसका

मुख बदल दिया जाता है । लपेटने का नियम यह है कि जहाँ से मोड़ना होता है, वहाँ खाली हाथ की उँगली अर्थात् जिस हाथ से पट्टी पकड़ी हुई न हो, उस पर रख देते हैं और पट्टी को वहाँ से उलट कर दूसरे हाथ से लपेटते चले जाते हैं ॥

चित्र २२

(३) अँगरेज़ी अंक आठ (8) के आकार की लपेट—यह रीति जोड़ों के लिए अति उपयोगी है और यदि एड़ी पर पट्टी बाँधनी हो या पाँव से लेकर टाँग की ओर ऊपर को बाँधनी हो, तो यही रीति बर्त सकते हैं । पट्टी 8 के आकार में इस प्रकार बाँधते हैं कि पहिले इस जोड़

के ऊपर के भाग पर लेजाते हैं, फिर निचले भाग के नीचे की ओर, फिर पाँव के नीचे से गुज़ार कर, फिर पाँव की पीठ पर से गुज़ारते हैं, और पट्टी के पहिले भाग के ऊपर से गुज़ार कर फिर जोड़ के ऊपर के भाग के ऊपर से गुज़ारते हैं ॥

पट्टी बाँधने का अभ्यास करना–इन तीनों रीतियों में से एक भी ऐसी नहीं है, जिस के अनुसार कोई शिष्य पहिली बार ही पट्टी ठीक बाँध ले । इसलिये जो मनुष्य घायल मनुष्यों की सहायता करना और उनको सुख पहुँचाना चाहते हैं, उनके लिये आवश्यक है कि अपने किसी मित्र के शरीर पर पट्टी बाँधने का अभ्यास करें, ताकि उनको शीघ्र और ठीक तरह पट्टी बाँधना आ जाए ॥

—००>०<००—

दूसरा अध्याय

टूटी हुई हड्डी—टूटी हुई हड्डी की पहिचान। थोड़े काल स्थिर रहने वाली और ठीक खपच्चियाँ। विविध हड्डियों के टूट जाने की चिकित्सा और उन पर पट्टी बाँधना। हड्डी उतर जाना, मोच आ जाना, घायल मनुष्यों को उठा कर ले जाना।

यदि किसी मनुष्य की हड्डी टूट जाए तो जब तक टूटे हुए भाग या अंग को खपचियों से बाँध न दिया जाए, उस मनुष्य को उस स्थान से हिलाना नहीं चाहिये, ताकि ऐसा न हो कि टूटी हुई हड्डी हिल जाए। इसका प्रयोजन यह है कि अधिक हानि न पहुँचे। विशेष करके इस बात को रोका जाता है कि हड्डी मांस से बाहर न निकल आए॥

टूटी हुई हड्डी की पहचान—यदि नीचे लिखे हुए चिह्नों में से कोई एक या अधिक चिह्न पाए जाएँ, तो जान लेना चाहिये कि हड्डी टूट गई है:—

(१) यदि शरीर का वह भाग या अंग निर्बल हो गया हो।

(२) यदि उसमें पीड़ा होती हो और सूजन हो गई हो।

(३) यदि उसको धीरे धीरे हिलाने से कड़ कड़ का शब्द सुनाई दे या अनुभव हो। यह टूटी हुई हड्डियों के सिरों के रगड़ खाने से उत्पन्न हुआ करता है। परन्तु इसकी परीक्षा केवल डाक्टर को ही करनी चाहिये।

(४) यदि उसका रूप बदल गया हो और अंग स्वाभाविक दशा में न हो।

(५) यदि पहिले की अपेक्षा सुकड़ जाए या यदि उस अंग की लंबाई कम हो जाए।

जिस मनुष्य की हड्डी टूट गई हो, उसकी डाक्टर के पास पहुँचने से पहिले वही मनुष्य सहायता कर सकता है, जिसे शरीर के प्रत्येक अंग पर खपचियाँ और पट्टियाँ बाँधनी आती हों॥

खपाचियाँ (Splints)—खपची लकड़ी का एक टुकड़ा होता है, जिसके एक ओर गद्दी लगी हुई होती है; ताकि कोमल रहे। यदि वह टाँग या बाँह के नीचे के भाग के लिये आवश्यक हो, तो उसकी लंबाई अंग से अधिक होनी चाहिये। आवश्यकता के समय खपची किसी और वस्तु की भी बना लेते हैं, जैसे बाँस, काग़ज़ का लंबा और मोटा गत्ता, वृक्ष की शाखा, या और कोई वस्तु जो काफ़ी दृढ़ और लंबी हो॥

थोड़ा काल काम आने वाली खपाचियाँ—थोड़ा चिर काम देने वाली दो अच्छी खपाचियाँ इस प्रकार बन सकती हैं कि एक शाल या चादर लेकर उसे इस प्रकार तह करो कि आवश्यक चौड़ाई रह जाए। फिर दो लकड़ियाँ लेकर उसके दोनों किनारों पर रक्खो और इस प्रकार लपेटते आओ कि दोनों बीच में आकर मिल जायें। जिस अंग को चोट लगी हो, अब उसे तह किये हुए कपड़े

के मध्य में दोनों लकड़ियों के बीच में रख दो और ऊपर से दो रूमालों या पट्टियों से बाँध दो, कि हिलने न पायें।

चार स्थानों की हड्डियाँ ऐसी हैं कि अगर वे टूट जाएँ तो वहाँ खपाचियाँ नहीं लग सकतीं। सिर की हड्डियाँ, पसली की हड्डियाँ, जबड़े की हड्डियाँ और हँसली की हड्डियाँ।

इन हड्डियों को थामने का श्रेष्ठ उपाय यह है कि:—

(१) यदि खोपरी टूट जाए तो घायल मनुष्य को अँधेरे कमरे में बिस्तर पर इस तरह लिटा दो कि उसका सिर तनिक ऊपर रहे। एक कपड़ा ठंडे जल या बर्फ़ में भिगो कर माथे और सिर पर रक्खो।

(२) यदि जबड़े की हड्डी टूट जाय, तो कोमलता से और धीरे धीरे जबड़े को अपने निज स्थान पर लाओ और एक छोटी सी तिकोनी

चित्र २३

पट्टी जबड़े के गिर्द और सिर के ऊपर से लाकर बाँध दो (देखो चित्र २३) ।

(३) यदि हँसली की हड्डी टूट जाए, तो एक गद्दी बग़ल में रक्खो और इस ओर की बाँह के नीचे के भाग को धीरे से उठाकर गल पट्टी में रक्खो । फिर एक चौड़ी सी पट्टी लेकर बाँह को कोहनी के पास से कूल्हे के साथ बाँध दो, इस प्रकार कि यह पट्टी बाँह और छाती के गिर्द आए और गल पट्टी के ऊपर से गुज़रे । (देखो चित्र २४) ।

चित्र २४

(४) यदि पसली की हड्डी टूट जाए, तो एक लिपटी हुई पट्टी लो, जो ४ या ५ इंच चौड़ी हो और ६ या ७ गज़ लंबी हो । उसको छाती के गिर्द इस

प्रकार बाँधो कि पसली हिल न सके; या दो चौड़ी तिकोनी पट्टियाँ लेकर छाती के गिर्द इस प्रकार बाँधो कि एक का नीचे का भाग और दूसरी के ऊपर का भाग टूटी हुई हड्डियों पर आजाए ।

इन के सिवाय यदि कोई हड्डी टूट जाय तो उसको खपचियों और पट्टियों से बाँध सकते हैं ।

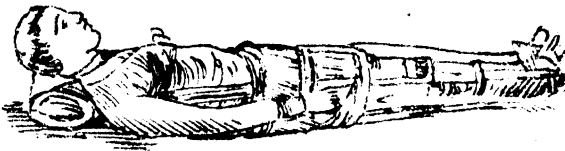
(१) यदि बाँह के ऊपर के भाग की हड्डी टूट जाए तो कन्धे से लेकर कोहनी तक टूटी हुई हड्डी के गिर्द दो तीन या चार खपचियाँ रक्खो और इनको तिकोनी पट्टी से बाँध दो और बाँह के नीचे के भाग को गल पट्टी में डाल दो (देखो चित्र २५) ॥

चित्र २५

(२) यदि बाँह के नीचे के भाग की हड्डी टूट जाए, तो बाँह के नीचे के भाग को मोड़ कर सीधा रक्खो, परन्तु अंगूठा ऊपर को हो और दो खपचियाँ इस प्रकार लगाओ कि एक तो भीतर की ओर कोहनी से लेकर उँगलियों के सिरों तक हो और दूसरी बाहर की ओर कोहनी से कलाई तक। फिर खपचियों को पट्टी से दोनों स्थानों पर बाँध दो, एक तो चोट से ऊपर दूसरी चोट से नीचे। इसके पीछे बाँह को एक लंबी गलपट्टी में डाल दो।

(३) यदि कलाई, हाथ या उँगलियों की हड्डी टूट जाए तो सारे हाथ और कलाई को एक चौड़ी खपची पर रख कर ऊपर से तिकोनी पट्टी बाँध दो और बाँह को एक लंबी गलपट्टी में डाल दो।

(४) यदि जाँघ की हड्डी टूट जाय तो एक लंबी खपची बाहर की ओर बग़ल से लेकर एड़ी

तक रक्खो और एक और भीतर की ओर घुटने से लेकर धड़ तक। दोनों खपचियों को पट्टियों

चित्र २६

से छः भिन्न भिन्न स्थानों पर से बाँध दो और इसके पीछे दोनों टाँगों को भी मिला कर बाँध दो। (देखो चित्र २६)

(५) यदि टाँग की हड्डी टूट जाए

तो दो खपचियाँ घुटने के ऊपर से एड़ी के नीचे तक लगाओ, एक भीतर की ओर और एक बाहर की ओर। ऊपर से खपचियों को

चित्र २७

पक्का करके बाँध दो और फिर दोनों टाँगों को आपस में बाँध दो (देखो चित्र २७)॥

(६) **यदि घुटने की चपनी की हड्डी टूट जाए** तो टाँग को सीधा कर के पाँव को ऊपर की ओर रक्खो। एक लंबी खपची घुटने के नीचे रक्खो और घुटने के ऊपर और नीचे पट्टी से बाँध दो, फिर दोनों टाँगों को भी बाँध दो। (देखो चित्र २८)

चित्र २८

(७) **यदि पाँव या टखने (गट्टे) की हड्डी टूट जाए** तो पाँव को ऊपर की ओर उठा कर रक्खो। दो खपचियाँ लगाओ, एक भीतर की ओर और दूसरी बाहर की ओर और अँगरेज़ी

अंक आठ (8) के रूप की पट्टी से उनको बाँध दो (देखो चित्र २९)।

चित्र २९

यदि टूटी हुई हड्डी चाम में से बाहर निकल आए तो घायल अंग को गलपट्टी जैसी खपची में डाल कर ठहरा दो। यह गलपट्टी जैसी खपची वैसी ही है, जैसी कि थोड़ा काल काम में आने वाली खपची, जिस का हमने ऊपर वर्णन किया है। परन्तु सावधानी रखो कि ऐसा करने में हड्डी न हिले और न खड़खड़ाए। हड्डी के टूटने के साथ यदि किसी धमनी (Artery) या शिरा (Vein) रग से लहू भी निकलने लगे तो खपची लगाने से पहिले लहू को बन्द कर लेना चाहिये।

याद रक्खो कि यह सब बातें केवल इसी लिये बताई गई हैं कि डाक्टर के आने तक उनसे

लाभ उठाया जाए। इस प्रकार खपचियाँ और पट्टियाँ लगाने से टूटी हुई हड्डी ठीक ठिकाने पर नहीं बैठ जाती। केवल इतना लाभ होता है कि घाव की दशा ख़राब नहीं होने पाती। इस लिये हर दशा में चिकित्सा के लिये किसी योग्य डाक्टर को बुलाना चाहिये और किसी अनाड़ी से टूटी हुई हड्डी की चिकित्सा नहीं करवानी चाहिये; क्योंकि अनाड़ियों को इस बात का ज्ञान नहीं होता कि मनुष्य के शरीर में हड्डियों और जोड़ों की स्थिति किस प्रकार है। वे प्रायः इतना कस कर बाँध देते हैं कि सूजने से अंग को फैलने के लिये कोई स्थान नहीं रहता, यहाँ तक कि अंग बिल्कुल व्यर्थ और मुर्दा हो जाता है और अंत में उसे काटना पड़ता है॥

हड्डी का अपने निज स्थान से उतर जाना—कभी कभी ऐसा होता है कि हड्डी टूटती तो नहीं; परन्तु अपने निज स्थान से उतर जाती है।

इस दशा में बहुत पीड़ा होती है और अंग हिल जुल नहीं सकता; परन्तु नीचे लिखे हुए चिह्नों से हम बता सकते हैं कि हड्डी टूटी नहीं है, बरन् निज स्थान से उतर गई है:—

(१) पीड़ा सदा जोड़ में होती है ।

(२) शरीर का वह भाग हिल जुल नहीं सकता; परन्तु जब हड्डी टूट जाती है तो सहज में हिलजुल सकता है ।

(३) यदि अङ्ग को धीरे धीरे खेंचा जाए, तो अपने निज स्थान पर नहीं आता ।

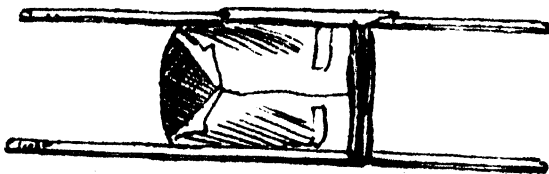
(४) हड्डी के कड़कड़ बोलने का शब्द न सुनाई देता है और न अनुभव होता है ।

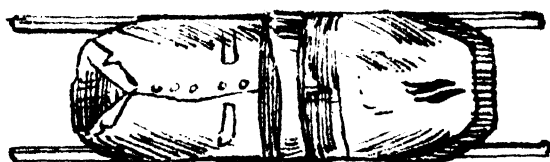
चिकित्सा—उतरी हुई हड्डी को अपने निज स्थान पर लाने के लिये बहुत चतुराई की आवश्यकता है । कभी कभी बड़ा बल भी लगाना पड़ता है । यदि डाक्टर के आने तक रोगी को अच्छे सुख दायक स्थान पर लिटा दिया जाए और ठंडे जल

में भिगो कर पट्टियाँ उतरी हुई हड्डी पर रक्खी जाएँ, तो पीड़ा बहुत कम हो सकती है। कई मनुष्य बालकों की बाँह पकड़ कर अपने साथ घसीटते लेजाया करते हैं। ऐसा करने से कभी कभी कंधे के जोड़ के पास से उनकी बाँह उतर जाती है। जिस मनुष्य को शरीर की हड्डियों और जोड़ों का अच्छी तरह ज्ञान हो, वह ऐसा हानिकारक और निर्दयता का काम कभी नहीं करता ॥

मोच—उस घटना का नाम है जिसमें किसी जोड़ के गिर्द के पट्ठे या नसें बल से मरोड़े जाते हैं और बहुत पीड़ा और सूजन हो जाती है। कभी कभी पीड़ा ऐसी सख़्त होती है कि मनुष्य अचेत होजाता है। इसकी सब से अच्छी चिकित्सा यह है कि ठंडे जल में भिगो कर पट्टियाँ उसके ऊपर रक्खी जाएँ और रोगी बिल्कुल सुख से लेटा रहे। यदि आरम्भ में सूजन बहुत हो, तो पहिले कुछ दिन तक यह करो कि प्रति दिन घंटे भर तक सूजन के स्थान को

सहाते सहाते गरम पानी में रक्खो और पश्चात् पट्टी बाँध दो और आराम से लिटा दो।

रोगियों को उठा कर लेजाना-स्ट्रेचर (Stretcher)--यही जानना काफ़ी नहीं कि चोट चपेट लग जाने पर डाक्टर के आने तक किस प्रकार सहायता करनी चाहिये, बरन् मनुष्यों को यह भी जानना चाहिये कि यदि किसी को ऐसी चोट आ जाए कि वह स्वयं चल फिर न सके, तो उसको एक स्थान से दूसरे स्थान तक किस प्रकार लेजाना चाहिये। यदि चारपाई मिल सके, तो यह उपाय करना चाहिये कि रोगी के निकट ही धरती पर कोई दरी या कोई और पक्का कपड़ा बिछा दो। रोगी को सावधानी

चित्र ३०

से उठाकर उस पर लिटा दो। अब कपड़े को चारों कोनों से उठाकर रोगी को चारपाई पर लिटा दो। यदि चारपाई न मिल सके तो स्ट्रैचर (Stretcher) इस प्रकार बनालो कि एक कोट लेकर उसके सामने के सारे बटन लगा दो और आस्तीनों को उलट कर कोट के पार्श्वों (पहलुओं) में भीतर की ओर कर दो। अब बाँस के दो डंडे आस्तीनों से गुज़ारो (देखो चित्र ३०)।

चित्र ३१

यदि दो वास्कटों को लेकर बटन लगा दें और बगल से डंडे गुज़ार दें तो भी यही प्रयोजन सिद्ध हो सकता है (देखो चित्र ३१)। यदि कोई भी प्रबंध न हो सके तो दो मनुष्य एक दूसरे के दोनों

हाथ पकड़ कर रोगी को उन पर डाल कर ले जा सकते हैं।

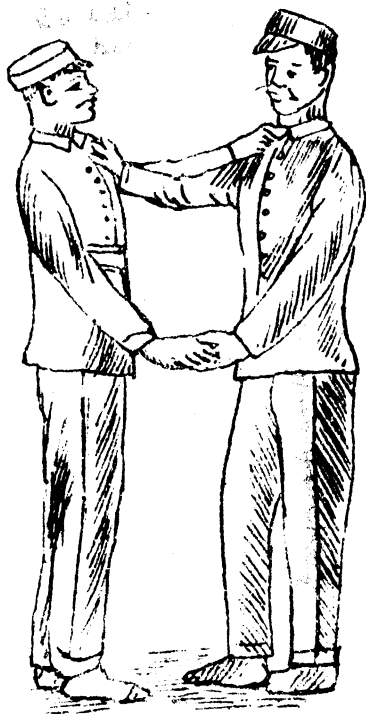
यदि रोगी केवल चल न सकता हो; परन्तु सचेत हो और अपने आप को सँभाल सकता हो तो उसके लिये चार हाथों से इस प्रकार आसन बन सकता है कि दो मनुष्य एक दूसरे की कलाइयों को पकड़ लें और जब वह तैयार होजाएँ तो वह रोगी के पीछे झुक जाएँ और वह उनके हाथों पर बैठ जाए और अपनी एक बाँह एक मनुष्य की गर्दन में और दूसरी दूसरे की गर्दन में डाल दे।

यदि रोगी की बाँह में चोट आ गई हो या वह अपने आप को सँभाल न सके तो दोनों हाथों का आसन बरता जा सकता है। इसके बनाने की रीति यह है कि दो मनुष्य अपने एक एक हाथ से पंजा मिलाएँ और हथेलियों को ऊपर की ओर रक्खें। रोगी उस पर

बैठ जाए और उस की पीठ को सहारा देने के लिए उठाने वाले मनुष्य अपनी अपनी बाँह एक दूसरे के कन्धे पर डाल लें।

(देखो चित्र–३२)

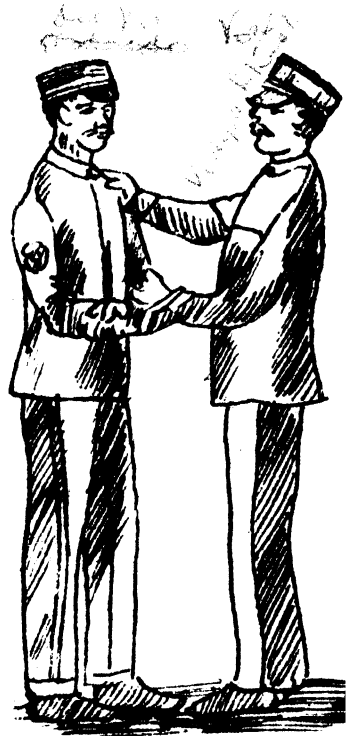
छोटे कद के मनुष्यों और बालकों के लिये तीन हाथों का आसन बहुत अच्छा है। इसके लिये भी दो मनुष्यों की आव-

चित्र ३२

श्यकता है। उनमें से एक मनुष्य एक हाथ से अपनी और दूसरे हाथ से दूसरे कीं कलाई पकड़ लेता है और दूसरा

मनुष्य बाएँ हाथ से तो पहिले मनुष्य की बाईं कलाई पकड़ लेता है और दायाँ हाथ उसके कन्धे पर रख लेता है ताकि रोगी की पीठ को सहारा रहे ।

(देखो चित्र–३३)

चित्र ३३

जिस मनुष्य को चोट आई है, यदि वह अति दुर्बल और विवश हो और केवल एक ही मनुष्य उसे ले जाने के लिये हो, तो वह मनुष्य रोगी को दो रीतियों से ले जा सकता है, प्रथम यह कि वह भार की नाईं उसको अपनी पीठ या कन्धों पर उठा

ले। द्वितीय यह कि मशक की नाईं उसे उठाए, अर्थात् उसके आगे स्वयं झुक जाए और अपनी दाहिनी बाँह को रोगी की टाँगों के बीच में से गुज़ारे और उसको अपनी पीठ पर इस प्रकार उठाले कि रोगी की बाँह उठाने वाले की बाईं बाँह के आगे आजाए और गिरने से बचाने के लिये उसकी दाहिनी टाँग और दाहिनी बाँह को पकड़े रक्खे ॥

तीसरा अध्याय।

बेहोशी, ग़श आजाना, लू लगना, सरसाम, मिरगी, हिस्टीरिया का दौरा। दिमाग़ को सदमा पहुँचना। डूबने के पश्चात् चिकित्सा। विषैली गैसों से दम घुट जाना। बिजली का सदमा। झुलस जाना, सदमा पहुँचने से निर्बल होना, आग लग जाना॥

बेहोश हो जाना—जब किसी मनुष्य का बहुत लहू निकल जाए या उसकी हड्डी टूट जाए, तो प्रायः देखा जाता है कि वह अचेत हो जाता है। यदि यह पता लग जाए कि उस मनुष्य को इस प्रकार की सख़्त चोट आई है, तो उस चोट ही को ग़शी का कारण समझना चाहिये।

बेहोशी या ग़शी के और भी कई कारण हो सकते हैं और हमें मालूम होना चाहिये कि इन दशाओं में हमें क्या करना उचित है।

बेहोशी के और कारण—बेहोशी के और भी कई कारण हो सकते हैं; जैसा कि भय, थकान, लू

लग जाना, सरसाम, मिरगी, हिस्टीरिया, सिर को सदमा पहुँचना, चाहे प्रकट में कोई घाव या चिह्न दिखाई न देता हो। कोयले के धुएँ या विषैली गैसों से दम घुट जाना या चिरकाल तक पानी के नीचे रहना या डूब जाना॥

ग़श—चिकित्सा। जब कोई मनुष्य बेहोश हो जाए, तो सब से पहिले बेहोशी का कारण मालूम करो और फिर रोगी को सचेत करने का यत्न करो। साधारण मूर्च्छा के कारण प्रायः ये हुआ करते हैं:—भूक की दशा में हद से ज़्यादा चलना, बंद घर में बैठे रहना, बहुत थकावट और बहुत परिश्रम, बुरी ख़बर सुनना, किसी लंबे रोग के कारण निर्बल हो जाना। ग़श की दशा में मुख और होंठ सफ़ेद पड़ जाते हैं और सारे शरीर पर, विशेष करके माथे पर, ठंडा पसीना आ जाता है और नाड़ी बहुत धीरे धीरे चलने लग जाती है। इन चिह्नों से यह प्रकट होता है कि सिर और दिमाग़ में लहू के चलने में विकार है, इसलिए सब से पहली

बात यह करनी चाहिये कि मनुष्य को लिटा कर उसका सिर बहुत नीचा कर दें कि लहू सिर में जाए, और जब तक कुछ लाभ न हो इसी प्रकार लिटाए रक्खें। गरदन और छाती के पास के सब कपड़े (चाहे वे तनिक भी तंग हों) खोल दें। परन्तु यदि आमाशय को सरदी लगी हो, तो कमर के गिर्द के कपड़े उतारने नहीं चाहियें। यदि रोगी कमरे के भीतर पड़ा हो, तो उसे बाहर खुली हवा में ले जाओ या कम से कम कमरे के सब दरवाज़े खोल दो, ताकि ताज़ी हवा अच्छी तरह भीतर आए। यदि उसे शीघ्र होश न आए, तो सिर और मुख पर ठंडा जल डालो। तेज़ अमोनिया (Ammonia) या स्मैलिंग सालट (Smelling salt) नाक के पास रक्खो, फिर थोड़ी सी ब्रांडी या शराब में पानी मिला कर छोटे चमचे से पिलाओ; परन्तु यह ध्यान रक्खो कि दम न घुट जाए।

हिन्दोस्तान के कुछ भागों में यह रीति है कि जब मनुष्य को ग़श आ जाता है, तो होश में लाने

के लिये उसकी नाक और मुँह को बन्द कर देते हैं कि दम घुटने से रोगी को पीड़ा हो और वह होश में आ जाए । कुछ दशाओं में यह उपयोगी है; परन्तु यदि ख़राब हवा अर्थात् कार्बोनिक एसिड गैस के बहुत इकट्ठा हो जाने के कारण ग़श आगया हो, तो हो सकता है कि इस उपाय से लाभ की जगह हानि हो; क्योंकि इससे लहू में कारबानिक एसिड गैस की मात्रा और भी बढ़ जाएगी ॥

ग़श को रोकना—यदि किसी मनुष्य को ग़श आने लगे; परन्तु वह एकदम बेहोश न हो जाय तो वह इसको इस प्रकार रोक सकता है कि ठंडे जल या बर्फ़ मिले हुए जल का एक ग्लास पी ले । अमोनिया (Ammonia) या एसेटिक एसिड (Acetic acid) सूँघे, या अपने सिर को घुटनों को बीच में रख कर बैठ जाए कि लहू का दौरा सिर की ओर हो जाए ॥

लू से ग़श आना—लू लगने से भी ग़श आ जाता है, इसकी पहचान यह है कि इस से रोगी का शरीर गरम और खुश्क हो जाता है, आँखें लाल हो जाती हैं, पुतली सुकड़ जाती है, नाड़ी तेज़ चलने लग जाती है और रोगी शीघ्र और ज़ोर से साँस लेने लग जाता है ॥

चिकित्सा—इसकी ठीक चिकित्सा तो यह है कि रोगी को तुरन्त किसी ठंडे या छाँव वाले स्थान में ले जाकर लिटा दो। सिर तनिक ऊँचा रक्खो। कमर तक सारे कपड़े उतार दो। सिर, गरदन, छाती, विशेष करके गुद्दी, पर मशक आदि से ठंडे पानी की धार छोड़ो। जब होश के चिह्न प्रकट होने लगें, तो जल डालना बंद करदो। शरीर को कपड़े से खुश्क करके अच्छी तरह मलो कि पूरी तरह होश आजाए। किसी प्रकार की शराब या और कोई उत्तेजक वस्तु कदापि न दो। यदि बेहोशी चिरकाल तक रहे, तो रोगी को बर्फ़ में लपेट दो

या गुद्दी पर बर्फ़ रक्खो। यदि बर्फ़ न मिल सके तो राईकी पुल्टिस लगाओ या तारपीन के तेल का भफारा (सेंक) पाँव और गर्दन की जड़ में दो। जब इतना होजाए कि कोई वस्तु गले में उतर सके, तो बहुत सा ठंडा जल पिलाओ। कुनीन की एक मात्रा दो और उसके पश्चात् कोई दस्त लाने वाली औषधि दो॥

गरमी से ग़श आना—यह भी ऊपर लिखे हुए रोग की एक हलकी दशा है। इसमें रोगी बिल्कुल बेहोश तो नहीं होता, परन्तु उसका सिर चक्कर खाने लगता है, जी मतलाता और शरीर काँपने लगता है। इसकी चिकित्सा यह है कि रोगी को पीठ के बल लिटा दो, कपड़े ढीले कर दो, उसके हाथपाँव को मलो और ठंडा जल पीने के लिये दो॥

सरसाम—दिमाग़ में लहू इकट्ठा हो जाने से भी ग़श आ जाता है, जिसे सरसाम कहते हैं। आगे लिखे चिह्नों से हम सरसाम, लू लग जाने और साधारण ग़श में पहिचान कर सकते हैं:—

चिह्न—सरसाम में साँस बहुत कठिनाई से आता है और खुराटों का सा शब्द सुनाई देता है, गाल फूल जाता है, मुख लाल हो जाता है और एक आँख की अपेक्षा दूसरी की पुतली अधिक फैल या सुकड़ जाती है। रोगी को कितना ही हिलाएँ जुलाएँ, जागता नहीं। यदि उसकी बाँह पकड़ कर उठाएँ, तो एक बाँह तो बिल्कुल बेजान और निर्बल प्रतीत होती है और मृत शरीर की नाईं गिर पड़ती है, परन्तु दूसरी में बल और अनुभव शक्ति होती है॥

चिकित्सा—सब से बड़ी बात यह है कि रोगी को हिलाया जुलाया कम जाए। चाहे चारपाई, चाहे आराम कुर्सी, जो कुछ हाथ लगे, उसपर रोगी को लिटा दिया जाए; सिर और कन्धे अच्छी तरह ऊपरको किए जाएँ, गर्दन के गिर्द के कपड़ों को ढीला कर दिया जाए; पाँव और टाँगों पर गरम गरम बोतलें या फ़लालैन के टुकड़े रक्खे जाएँ, या राई की पुल्टिस लगाई जाए। और स्पंज और धज्जियाँ ठंडे पानी में भिगोकर

सिर पर रक्खें; परन्तु किसी प्रकार की शराब या और कोई उत्तेजक या उल्टी लाने वाली औषधि या और कोई वस्तु मुँह द्वारा नहीं देनी चाहिये। चिकित्सा का प्रयोजन यह है कि जो लहू सिर में इकट्ठा हो गया हो, वह नीचे उतर आए और जो धमनी (Artery) दिमाग़ के भीतर फट गई हो, उससे लहू गिरना बंद हो जाए। इसलिये सिर को ठंडक और टाँगों को गरमी पहुँचाते हैं और रोगी को यथा शक्ति हिलने जुलने नहीं देते ॥

मिरगी—मिरगी में मनुष्य इतना शीघ्र बेहोश हो जाता है कि खड़े खड़े गिर पड़ता है और कभी कभी अत्यन्त करुणा भरी चीख़ मार कर गिर जाता है। कभी कभी सख़्त वस्तुओं पर गिर जाता है और बहुत चोट आती है। कभी कभी आग में भी गिर पड़ता है। ग़श के पश्चात् प्रायः कमेड़े आते हैं और मुँह से झाग आते हैं। दाँतों से जीभ काटता है। हाथों की मुट्ठियाँ बंद हो जाती हैं। टाँग और

बाँहें फड़फने लगती हैं। साँस इतनी कठिनाई से आता है कि रोगी का मुँह काला पड़ जाता है। फमेड़े बंद होने पर कभी तो रोगी उठ कर चलने लगता है और कभी सो जाता है।

चिकित्सा–रोगी के सिर के नीचे तकिया या कोई कपड़ा रखदो कि सिर ऊँचा हो जाए और दाँतों के बीच में कोई कड़ी वस्तु जैसे कार्क या लकड़ी का टुकड़ा रक्खो ताकि दाँतों से जीभ न कटने पाए। इस बात का ध्यान रक्खो कि रोगी किसी वस्तु से टक्कर न खाने पाए, परन्तु इस विचार से उसे ज़ोर से न पकड़ो। उसके शरीर के तंग कपड़े उतार दो और जितनी जल्दी हो सके, उसे सुलाने का यत्न करो॥

हिस्टीरिया–चिकित्सा–यह रोग प्रायः स्त्रियों और लड़कियों को होता है। इसमें रोगिनी प्रायः सुखदाई स्थान में गिरती है; परन्तु मिरगी के रोगी की नाई एका एकी किसी हानि कारक स्थान में नहीं गिरती। उस के हाथों की मुट्ठियाँ बन्द

हो जाती हैं; दाँत पीसने लगती है; कभी चीख़ मारती है, कभी चिल्लाती है; कभी हँसने लगती है।

इसकी सब से अच्छी चिकित्सा यह है कि ख पर ठंडे पानी के छींटे दो। साथ ही रोगिनी को कह दो कि ग़श चिरकाल तक रहा, तो तुम्हें ठंडे जल में नहला देंगे।

हिस्टीरिया का कारण प्रायः असली या ख़्याली निर्बलता है और ताज़ा हवा, व्यायाम, बलदायक औषधि से प्रायः इसे रोक सकते हैं॥

दिमाग़ को सदमा पहुँचना।

चिकित्सा—इसमें बेहोशी का कारण या तो यह होता है कि रोगी के सिर में चोट आजाती है या यह कि वह किसी बहुत ऊँचे स्थान से गिर पड़ता है। इस प्रकार चोट अधिक भी पहुँच सकती है और थोड़ी भी। यदि चोट अधिक हो, तो उसके चिह्न वही होते हैं जो सरसाम के और चिकित्सा भी वैसी ही होनी चाहिये। परन्तु चोट थोड़ी हो, तो रोगी आँखें

मूँद करके पड़ा होगा, रंग पीला होगा और धीरे धीरे साँस लेता होगा और बुलाने से इस प्रकार चौंक उठेगा मानो नींद से उठा है, प्रश्नों के उत्तर सचेत हो कर और सोच कर देगा; परन्तु फिर शीघ्र ही कुछ कुछ बेहोशी की दशा में हो जायगा। कभी कुछ मिनट के पश्चात् उसका जी मतलाने लगेगा और फिर धीरे धीरे होश में आने लगेगा। ऐसी दशा में सबसे अच्छा उपाय यह है कि रोगी को लिटा दें, परन्तु उसका सिर तनिक ऊँचा रक्खें। ताज़ा हवा पहुँचाने का प्रबन्ध करें। पाँव और हाथों को गरमी और सिर को ठंडक पहुँचाएँ और जब उसमें पीने की सामर्थ्य हो जाए, उसे गरम गरम चाय या कहवे का एक प्याला भर कर दें॥

डूबने से प्रगट में मृत सा दिखाई देना— जब कोई मनुष्य कुएँ, नदी या तालाब आदि में से चाहे दस या पन्द्रह मिनट डूबे रहने के पश्चात् निकाला जाए और बिल्कुल बेहोशी के कारण मृतसा दिखाई दे, तो भी ऐसी दशामें सम्भव है कि उसके

प्राण बच सकें, यदि हम उसका साँस असली दशा में ले आएँ और पीछे से शरीर की गरमी और लहू का दौरा अच्छी तरह फिर जारी कर दें।

यदि हमें यह मालूम हो कि डाक्टर के आने से पहिले क्या करना चाहिये तो हम उस मनुष्य की भी जान बचा सकते हैं जो तीन घंटे तक बिल्कुल मृत सा पड़ा रहा हो॥

साँस का असली दशा में लाना—सब से आवश्यक काम यह है कि साँस लेने की नालियों में से जल, कीचड़ और झाग आदि निकाला जाए और फिर बनावटी रीति से साँस को असली दशा में लाया जाए। इसके लिये मार्शल हाल (Marshall) की रीति से काम लिया जाए।

(क) गरदन और छाती के कपड़ों को ढीला करो, फिर कंठ और मुँह को उँगलियों से साफ़ करो।

(ख) रोगी को औंधा लिटाकर एक गद्दी उसकी छाती के नीचे रखदो और उसका माथा उसकी दाईं कलाई पर टिका दो।

(ग) अब अपने हाथों को अच्छी तरह फैला कर पसलियों के निचले भाग को पीठ तक दबाओ। यह काम तीन सेकंड तक ही करो।

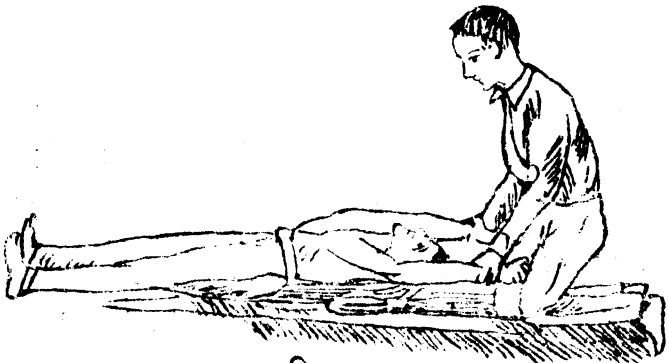
(घ) अब उसे दहिनी बग़ल पर तीन सेकंड तक लिटाए रक्खो।

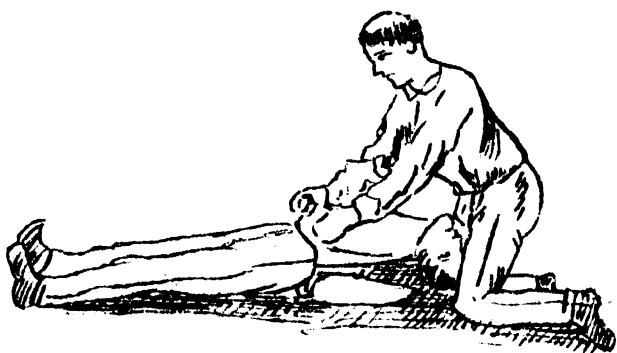
(ङ) यह काम बारी बारी से तब तक करते रहो, जब तक कि उसके मुँह से झाग और पानी निकलना बंद न हो जाए। यह रीति भी साँस को असली दशा में लाने के लिये काफ़ी है। परन्तु डाक्टर सिल्वस्टर (Dr. Sylvestre) की रीति को भी बरतना चाहिये। यह नीचे लिखी गई है:—

रोगी को चित लिटा दो और ऐसी गद्दी या उसके समान कोई और वस्तु उसके कन्धों के नीचे रख दो, जिस से सिर नीचे लटक जाए और गरदन फैल जाए।

जब इतना कर चुको, तो स्वाभाविक रीति से साँस लेने के लिये जो चेष्टाएँ करनी पड़ती हैं, उनकी

नकल करो, जैसा कि रोगी के पास खड़े होजाओ और उसको कोहनियाँ पकड़ कर बाँहों को अपनी ओर धीरे धीरे खेंचते जाओ, यहाँ तक कि वे सिर के ऊपर आकर मिल जाएँ। उनको दो सेकंड तक उस दशा में रक्खो, ताकि वायु फेफड़ों के भीतर प्रवेश कर जाए; क्योंकि जब बाँहें ऊपर को उठी हुई होंगी, तो पसलियाँ फैल जाएँगी और फेफड़ों में भी अधिक वायु की समाई हो जाएगी॥

इसके पश्चात् बाँहों को नीचे की ओर करो और दो सेकंड तक पसलियों से उन्हें अच्छी तरह

चित्र ३४

दबाए रक्खो ताकि फेफड़ों के भीतर से वायु निकल जाए (देखो चित्र ३५)। इन चेष्टाओं को प्रति

चित्र ३५

मिनट पन्द्रह बार की गिनती से धीरेधीरे उस समय तक जारी रक्खो, कि रोगी स्वयं स्वाभाविक रीति से साँस लेने लगे या डाक्टर आकर कह दे कि वह मर चुका है। यदि सहायता के लिये कोई दूसरा मनुष्य भी विद्यमान हो तो, उसको चाहिये कि हुलास या स्मैलिंग साल्ट (Smelling salt) रोगी को

सुँघाए और उसकी छाती और मुख को फुर्ती से मले और छाती पर ठंडे और गरम पानी के बारी बारी छींटे दे या छाती को तो भीगे हुए तौलिये से झाड़े और बाकी देह और टाँगों को फ़लालैन या किसी और कपड़े से मले ।

साँस को असली दशा में लाने की यह रीति डाक्टर सिलवेस्टर की रीति (Dr. Sylvestre's method) कहलाती है और इसका सीखना अत्यन्त सुगम और उपयोगी है; क्योंकि इसके लिये बड़ी चतुराई की आवश्यकता नहीं। इसमें एक और लाभ यह है कि यदि और मनुष्य न हो, तो अकेला एक मनुष्य भी इसे बरत सकता है ।

गरमाई और लहू का परिभ्रमण—जब साँस असली दशा में आ चुके, तो गरमाई और लहू के परिभ्रमण की ओर ध्यान देना चाहिये।

रोगी को गरम खुश्क कंबलों में लपेट लेना चाहिये और टाँगों और बाँहों को फ़लालैन या

नहाने के मोटे खुश्क तौलिये से नीचे से ऊपर की ओर मलना चाहिये ताकि लहू को नाड़ियों से हृदय की ओर जाने में सहायता मिले। साथ ही गरम बोतलें या गरम ईंटें या गरम रेत के थैले पाँव और कौड़ी पर और बग़लों में रखने चाहियें। जब रोगी इस योग्य हो जाए कि कोई वस्तु उसके गले में उतर सके, तो उसे थोड़ा थोड़ा सा शराब का सत और पानी मिलाकर शराब या कहवा देना चाहिये और बिस्तरे पर लिटा देना चाहिये और यदि नींद आसके तो उसे सुला देना चाहिये। यदि इसके बाद साँस लेने में कठिनाई या पीड़ा प्रतीत हो, तो अल्सी की रोटी का गरम पलस्तर छाती पर और कन्धों से नीचे पीठ पर लगाना चाहिये।

आवश्यक सूचनाएँ–जिन बातों का ऊपर वर्णन हो चुका है, उनको छोड़ कर नीचे लिखी बातों को स्मरण रखना भी आवश्यक है। रोगी के गिर्द मनुष्यों की भीड़ न होने पाए, विशेष करके

जब कि वह कमरे के भीतर पड़ा हो। उसको पीठ के बल कभी न लेटे रहने दो, जब तक कि उसकी जीभ को खेंच कर बाहर न कर लिया जाए। उसकी देह को पाँव पकड़ कर कभी नहीं उठाना चाहिये और जब तक डाक्टर आज्ञा न दे, रोगी को गरम जल से कभी न स्नान कराओ।

दम घुटना-चिकित्सा—यदि धुएँ, पत्थर के कोयले के वाष्प, कुएँ से निकली हुई विषैली गैसों या ऐसी ही किसी और वस्तु से दम घुटने लगे तो सब से पहिले आवश्यक बात यह है कि रोगी को खुली हवा में ले जाओ। सारे तंग कपड़े उतार डालो और जो चिकित्सा ऊपर वर्णन की गई है, आरम्भ करो अर्थात् पहिले साँस को असली दशा में लाने का यत्न करो और फिर लहू के परिभ्रमण को बढ़ाओ। यह चिकित्सा या तो डाक्टर के आने तक या कम से कम एक दो घँटे तक अवश्य जारी रक्खो।

आग लगने की अवस्था में यदि कोई मनुष्य किसी को निकालने के लिये जाना चाहे और घर धुएँ से भरा हो, तो वह अपने नाक और मुँह पर रूमाल बाँध ले। उसे भिगो ले तो और भी अच्छा है। और यदि हो सके तो अपने कपड़ों पर जल का एक डोल डलवा ले; फिर नीचा होकर या झुक कर या घुटनों के बल कमरे में प्रवेश करे; क्योंकि फ़र्श के निकट धुआँ सब से कम होता है। जूँ ही मनुष्य को बाहर निकाल कर लाओ, तो यदि धुएँ से उसका दम घुट गया हो तो बनावटी रीति से साँस दिलाना आरम्भ करो॥

बिजली का सदमा—बिजली के तार को छूने से कभी सख़्त धमाका लगता है या मनुष्य कुछ देर के लिये बेहोश हो जाता है या कभी मर भी जाता है। इस संकट से उस मनुष्य को निकालने की आवश्यकता होगी। जो मनुष्य उसकी सहायता करने लगे, उसे इस बात का विशेष ध्यान

रखना चाहिये कि वह स्वयं भी कहीं बिजली का धमाका न खाए। इस प्रयोजन के लिये उसे अपने हाथों को किसी ऐसी वस्तु से ढक लेना चाहिये जिस पर बिजली का असर नहीं हो सकता, जैसे सूखी घास, सूखा रेशम, सूखा कपड़ा, या सब से अच्छी बात यह है कि रबड़ के दस्ताने पहन लिये जाएँ। यदि कुछ भी न मिले तो अपना कोट उतार कर उसकी आस्तीनों में हाथ डाल ले और इस प्रकार उन्हें बचा ले। धरती में जाने वाली बिजली के असर से अलग होने के लिये उसे किसी ऐसी ही वस्तु या सूखी लकड़ी या ईंटों पर खड़ा होना चाहिये। प्रत्येक भीगी हुई वस्तु से बचना चाहिये, क्योंकि हर प्रकार का सीलापन बिजली की धारा को गुज़रने के लिये सहज में मार्ग दे देता है। यदि इन वस्तुओं में से कोई भी वस्तु न मिल सके और इस कारण से हाथ न लगा सके तो एक बाँस या कोई सूखी लकड़ी ले कर बिजली का धमाका लगे हुए मनुष्य को धकेलना चाहिये या पगड़ी का पेच

डालकर उसे बिजली के तार से छुड़ाना चाहिये। परन्तु पीतल ताँबा आदि सब धातें बिजली के असर को शीघ्र ग्रहण कर लेती हैं, इसलिये इन में से किसी को इस कार्य के लिये न बरतो। जब वह बिजली के तार से तो अलग हो जाए और बेहोश हो, पर साँस चल रहा हो, तो तौलिया भिगो कर उससे उसके मुख और छाती को झाड़ने से होश आजाता है। परन्तु यदि साँस बँद होगया हो तो बनावटी रीति से साँस दिलाना चाहिये। ऐसी दशाओं में डाक्टर लाबोर्डी (Dr. Laborde) की निकाली हुई साँस दिलाने की रीति उपयोगी होगी। वह यह है कि पहले निचले जबड़े को नीचे को दबाते हैं, फिर हाथ पर रूमाल लपेटकर उससे जीभ को पकड़ते हैं। रूमाल इसलिये लपेटा जाता है कि जीभ फिसल कर छूट न जाए। दो सेकंड तक इसे बाहिर निकाले रखते हैं, फिर उतनी ही देर तक इसे भीतर जाने देते हैं। इसी प्रकार कुछ काल तक बारी बारी करते रहते हैं। इस सारे समय में

रोगी चित या करवट से लेटा रहता है। यदि बिजली से शरीर जल गया हो तो उसकी चिकित्सा साँस के असली दशा में आने के पश्चात् करनी चाहिये। यह याद रखना चाहिये कि सख़्त सदमे की अवस्था में भी यदि दो घंटे तक बराबर बनावटी रीति से साँस दिलाया जाय, तो साँस असली दशा में आ जाता है॥

शरीर के अंगों का जलना या झुलसना।

सब से पहिले सब जले हुए कपड़ों को, जो जले हुए अङ्ग के साथ चपके हुए न हों, उतार दो। कपड़ों को खेंच कर न उतारो, किन्तु काट डालो और जिस जिस भाग पर कपड़े शरीर से लग गए हों उन्हें उसी तरह शरीर पर लगा रहने दो। इनको गरम जल में थोड़ासा सोडा बाईकार्बोनेट (Bicarbonate of Soda) डाल कर अच्छी तरह भिगो कर उतार लो। यदि बहुत सा स्थान जल गया हो, तो एक भाग ही एक समय में नंगा करना चाहिये और उस को

तुरन्त ही गाज़ के सूखे कपड़े या कोमल कतान के टुकड़े से ढक देना चाहिये। परन्तु इन टुकड़ों पर पहिले बुरेसिक एसिड मिलाकर शुद्ध वेसलीन (Vaseline) लगा देना चाहिये या कैरन आइल (Carron-oil) लगाओ जो मीठे तेल या अलसी के तेल में उतना ही चूने का पानी मिलाने से बनता है। इसे लगा कर ऊपर रूई या फ़लालैन रखकर ढीली सी पट्टी बाँध दो। पहिली बार अच्छी तरह मरहम पट्टी करने के पश्चात् जहाँ तक हो सके उन घावों की मरहम पट्टी का अदल बदल न करो, ताकि कच्ची खाल पर नई झिल्ली आने को कुछ समय मिल जाए। यदि अङ्ग किसी तेज़ाब से जल गया हो, तो उस अङ्ग को गरम जल में सोडा बाइकार्बोनेट (Bicarbonate of Soda) का हल्का सा लोशन करके उससे घाव को धोएँ; परन्तु यदि कोई अङ्ग जलाने वाले अल्कली (Corrosive Alkali) से अर्थात् खार से जल गया हो, तो घाव को बराबर बराबर सिरका और पानी मिलाकर बनाए हुए हल्के तेज़ाब के लोशन से धोना चाहिये।

मुँह या कंठ के भीतर के भागों के झुलसने की अवस्था में गरग गरम भाप जितनी सहारी जा सके, उसका भपारा दो ॥

सदमा और निर्बलता—यदि किसी मनुष्य के शरीर का बहुत सा भाग जल गया हो, विशेष करके छाती के इर्द-गिर्द का भाग, तो उसे बड़ा सदमा पहुँचता है और वह निर्बल हो जाता है।

घाव की मरहम पट्टी करने से पहिले इन दशाओं की चिकित्सा करनी चाहिये। इन दशाओं में मुख पीला पड़ जाता है, चाम ठंडा चिपचिपा हो जाता है, नाड़ी बहुत निर्बल हो जाती है और कुछ बेहोशी सी हो जाती है या कभी कपकपी चढ़ जाती है या ठंडा पसीना आ जाता है। यदि यह दशा हो तो रोगी को झट पट ही बिस्तरे पर लिटा दो। सिर नीचा कर दो, और गरम पानी की बोतलें या गरम गरम फ़लालैन पाँवों, हाथों और कौड़ी पर रक्खो और राई की पुल्टिस हृदय पर

रक्खो। यदि रोगी सचेत हो और कोई वस्तु पी सके तो चीनी डाल कर गरम गरम कहवा या चाय या और कोई वस्तु ऐसी ही थोड़ी थोड़ी पिलाओ। इससे गरमी बढ़ जायगी॥

कपड़ों में आग लगना—यदि कोई अकेला हो और उसके कपड़ों में आग लग जाए, तो उसे तुरन्त ही फ़र्श या धरती पर इस प्रकार लेट जाना चाहिये कि अग्नि की ज्वाला ऊपर की ओर हो। किसी दरी या गलीचे या और किसी मोटे कपड़े में लिपट जाए और सहायता के लिये पुकार करे। जिस किसी के कपड़ों में आग लग जाए, उसे घर से बाहर खुली हवा में भागना कदापि नहीं चाहिये। यदि और कोई मनुष्य सहायता के लिये निकट हो, तो उसे दरी या कंबल उस मनुष्य के ऊपर डाल देना चाहिये जिस के कपड़ों में आग लग गई हो और जब तक आग बुझ न जाए उसको फ़र्श पर लुढ़काओ। आवश्यक बात यह है कि

वायु भीतर न जाने दो; क्योंकि बिना आक्सीजन के आग जल ही नहीं सकती। यदि हम यह स्मरण रक्खें तो हम घबराएँगे नहीं; क्योंकि ज्यों ही कस कर दरी उसके इर्द-गिर्द लिपट गई, हमें निश्चय है कि आग बुझ जाएगी।

इन सारी घटनाओं की अवस्था में मनुष्य के प्राण बच सकते हैं यदि यह मालूम हो कि प्रत्येक अवस्था में क्या क्या करना चाहिये। परन्तु यदि डाक्टर निकट हो, तो उसे झट पट ही बुला लेना चाहिये और उसके आने तक यह चिकित्सा जारी रखनी चाहिये॥

चौथा अध्याय।

एका एकी हो जाने वाली घटनाएँ । साँप और और जन्तुओं का काट खाना । पास्च्योर की चिकित्सा । जन्तुओं का डंग मारना । देह का छिल जाना । हानि कारक वस्तुओं का निगल जाना । गला घुटना । विष और उसकी चिकित्सा ।

उन घटनाओं को छोड़ कर जिन में देह का लहू निकल जाता है, हड्डियाँ टूट जाती हैं या मनुष्य डूब जाता है और भी एका एकी हो जाने वाली घटनाएँ हैं जो सदा हमारे आस पास होती रहती हैं, जिन की चिकित्सा हम में से प्रत्येक को आनी आवश्यक है । इस अध्याय में हम ऐसी एका एकी होने वाली घटनाओं का वर्णन करेंगे ॥

साँप का काटना—चिकित्सा—काटने के समय प्रायः मालूम नहीं होता कि साँप विषैला है या नहीं । इस लिये उचित है कि हर अवस्था में नीचे लिखी सूचनाओं पर चलें:—

(१) घाव से कोई दो या तीन इंच ऊपर उस अङ्ग पर रूमाल, रस्सी या डोरी अच्छी तरह कस कर बाँधो। डोरी या रूमाल के नीचे लकड़ी का एक टुकड़ा रख दो और उसको अच्छी तरह मरोड़ कर रूमाल आदि को जितना कस सको, कस दो। यदि अङ्ग सूज जाए या रस्सी आदि के नीचे उसका रङ्ग खराब हो जाए, तो कुछ भय न करो। परन्तु ऐसा कस कर बाँधो कि लहू घाव के स्थान से देह के शेष भागों में न आ जा सके और विष देह में फैल न जाए।

(२) पहिले बंद से ऊपर दो तीन बन्द और एक दूसरे से थोड़े थोड़े अन्तर पर लगाओ और उनको भी अच्छी तरह कस दो।

(३) जिस स्थान पर साँप ने काटा हो, वहीं चौथाई इंच गहरा घाव करो और उसमें से लहू अच्छी तरह निकलने दो।

(४) इन उपायों में से जो शीघ्र ही होसके वह करो:—लोहे की कोई गरम वस्तु या दहकता हुआ

कोयला या जलती हुई लकड़ी घाव पर रक्खो या उस पर परमैंगानेट आफ़ पोटास (Permanganate of Potash) मलो या घाव में बारूद रख कर आग लगा दो।

(५) घाव को अच्छी तरह चूस कर थूक दो और तपे हुए लोहे या कास्टिक के आने तक बराबर चूस चूस कर लहू थूकते जाओ।

(६) यदि घाव ऐसे स्थान पर हो जहां रस्सी से बन्द न लग सके, तो घाव के चमड़े को चुटकी से दबा कर निचोड़ डालो। फिर घाव पर से नाखून के बराबर मांस का टुकड़ा आध इंच मोटा काट कर फेंक दो और उस स्थान पर तपा हुआ लोहा रक्खो या कास्टिक लगाओ।

(७) पाव पाव घंटे के पश्चात् एक छोटा गलास बरांडी या बरांडी और सालवौलेटाइल(sal-volatile) मिला कर पिलाओ, परन्तु तीन चार बार से अधिक न दो, ताकि रोगी नशे में बेहोश न हो जाए।

(८) यदि आध घंटे के भीतर साँप के विष चढ़ने का कोई चिह्न दिखाई न दे, तो बन्द ढीले कर दो; परन्तु यदि विष चढ़ने के चिह्न दिखाई देने लगें, तो जब तक रोगी अच्छा न हो जाय बन्द लगे रहने दो।

(९) रोगी को हिलने जुलने न दो। उसको चुपचाप रक्खो और उसका चित्त प्रसन्न रक्खो। यदि बहुत निर्बल हो जाए तो उसके हृदय पर राई की पुल्टिस लगाओ और आमाशय पर गरम गरम बोतलें रक्खो और उसके हाथ पाँव को मलो और साँस दिलाने की बनावटी रीतियों से काम लो जैसे कि डूबने की दशा में कर सकते हैं।

इस बात का सदा ध्यान रखना चाहिये कि जिस मनुष्य को साँप ने काटा हो, वह भय से ही बहुत उदास और साहसहीन हो जाता है, चाहे साँप विषैला न हो। इस लिये जो मनुष्य उसकी चिकित्सा करते हैं, उन्हें उसके प्राण बचाने से

कभी निराश नहीं होना चाहिये, विशेष करके जब आध घंटे तक विष चढ़ने के कोई चिह्न दिखाई न दें ॥

कुत्ते, गीदड़, बिल्ली का काट खाना—यदि जन्तु हड़काया हो या हड़काया होने का सन्देह हो, तो इन सूचनाओं पर जो पास्च्योर इंस्टिट्यूट कसौली की ओर से छपी हैं चलोः—

जन्तु के विषय में—उसे मारना नहीं चाहिये, बल्कि ज़ंजीर बाँध कर सावधानता से दस दिन तक किसी बंद कमरे में रक्खो। यदि वह किसी को काटने के पश्चात् इतने काल तक अच्छा रहे तो जान लो कि उसके काटने से हड़काया पन नहीं होगा। यदि निश्चित हो जाए कि वह हड़काया है, तो जिस और कुत्ते को उसने काटा हो उसे भी मरवा डालो। यदि यह कुतिया हो और उसने बच्चों को दूध पिलाया हो, तो ऐसी अवस्था में उन बच्चों को भी मरवा डालो। यह आवश्यक है, क्योंकि

उस कुत्ते में जिसे और कुत्ते ने काटा हो, हड़काया पन काटने के पश्चात् तीन सप्ताह से लेकर कई मास तक प्रकट नहीं होता।

जिस कुत्ते में नीचे लिखे चिह्नों में से कोई चिह्न पाए जाएँ, मान लो कि वह हड़काया कुत्ता है:—

(क) वह छुपता फिरे, उसका ढंग बदला हुआ हो या बे छेड़े दूसरे जन्तुओं और मनुष्यों को काटने या उन पर आक्रमण करने को दौड़े।

ऐसा भी हो सकता है कि अपने मालिक के साथ प्यार प्रकट करे और उसे न काटे।

(ख) घर से दूर भागने की रुचि।

(ग) भूख का बिगड़ जाना।

(घ) निचले जबड़े का शक्तिहीन हो जाना, पाँव का शक्तिहीन या निर्बल हो जाना।

(ङ) मुँह से झाग या राल का बहना।

(च) भौंकने का ढंग बदल जाना।

(छ) जो लकड़ी या और कोई वस्तु उसकी

ओर बढ़ाई जाए, उस पर क्रोध से काटने को लपकना। कल्पित वस्तुओं को काटना। अपने पास की धरती को खोदना।

पानी से डरना जन्तुओं में हड़कायापन का चिह्न नहीं है। जब तक रोग बढ़ न जाए, खा न सकने या पी न सकने का चिह्न प्रकट नहीं होता।

जो मनुष्य काटा गया हो, उसके विषय में—घाव को तुरन्त ही धो देना चाहिये और जब वह सूख जाए तो उसको शुद्ध कार्बोलिक एसिड (Carbolic acid) परमैंगानेट आफ़ पोटाश की क़लमों (Crystals of permanganate of potash) या और किसी जलाने वाली औषधि से अच्छी तरह जला देना चाहिये। यदि जलाने वाली औषधि सूखी हुई न हो, किन्तु द्रव हो, तो दिया सलाई या लकड़ी के किसी तिनके से औषधि अच्छी तरह गहरी लगाई जाए। जब यह निश्चय हो जाए कि जिस कुत्ते या जन्तु ने काटा है, वह हड़काया था, तो रोगी को

समझाना चाहिये कि वह चिकित्सा के लिये तुरन्त ही लाहौर या कसौली पास्च्योर इंस्टिट्यूट में चला जाए।

रोग की चिकित्सा से उसकी रोक थाम अच्छी होती है। इस लिये इन नियमों को याद रखना चाहिये जो कसौली इंस्टिट्यूट की ओर से इस विषय में प्रकाशित हुए हैं:—

(१) अपने या किसी और कुत्ते को अपना शरीर न चाटने दो।

(२) कोई मनुष्य अपने कुत्ते को अपने बिस्तरे पर न सोने दे। इसका प्रजोजन भी अधिकतर वही है जो नम्बर (१) का है।

(३) प्रत्येक मनुष्य को जो रोगी कुत्ते की चिकित्सा करता है समझ लेना चाहिये कि वह हड़काया है। चाहे यह उसका रोग कुछ ही समझता हो, उसे दवा देने में विशेष करके सावधानता चाहिये, विशेष करके जब किसी कुत्ते के गले में हड्डी फँसी

हुई समझी जाए, तो बचाव के यथोचित उपाय करने के बिना उसका गला कदापि न देखना चाहिये।

बिच्छू और विषैले कीड़े मकौड़ों का डंक मारना—डंग के स्थान पर छोटी सी बाँस की नली या घड़ी कूकने की कुंजी रख कर दबाओ, ताकि डंक निकल जाए। फिर पिसे हुए इपीकाक्काना (Ipecacuanha) को जल में घोल कर लेई बनाओ और उसके ऊपर लगाओ या केवल ऐमोनिया (Ammonia) या ऐमोनिया और तेल की मालिश करो। यदि इनमें से कोई वस्तु भी न मिल सके, तो सिरके और जल में या तेज़ नमक और जल में चीथड़े भिगो कर उस स्थान पर रक्खो। यदि रोगी को ग़श आता हो, तो जल मिलाकर बराँडी या शराब या सालवौलेटाइल (Salvolatile) पिलाओ॥

यदि गले के भीतर या नाक के भीतर

डंक लगा हो—तो उतनी गरम गरम भाप साँस द्वारा भीतर लो, जितनी सहारी जा सके ॥

खाल का छिल जाना—यदि चोट से चमड़ा फट जाए, तो ठंडे जल या बर्फ़ के जल में भिगोकर पट्टी बाँधो। परन्तु यदि चमड़ा न फटे, केवल नील पड़ जाए तो आरनिका के लोशन (Arnica lotion) में धज्जी भिगोकर उस पर रक्खो। यदि आरनिका लोशन न मिल सके, तो ठंडे जल में या हल्के सिरके और जल में ही भिगो कर रख दो ॥

छोटी छोटी वस्तुओं जैसा बटन या पैसों आदि का निगल जाना—यदि वस्तु को निगले हुए देर न हुई हो, तो जल में नमक या राई मिला कर पिलाओ कि उल्टी हो जाए। या तुरन्त ही थोड़े से जल में तीन अंडों की सुफ़ेदी घोल कर पिला दो और पाँच मिनट पश्चात् इपीकाक्काना (Ipecacuanha) की भी एक मात्रा, दे दो।

आमाशय में जाकर अंडे की सफ़ेदी सख़्त हो जाया करती है या जम जाया करती है। इस लिये यदि निगली हुई वस्तु के गिर्द जम जाएगी, तो सम्भव है कि उलटी के साथ तुरन्त ही निकल आए। यदि वस्तु को निगले चिर हो गया हो और उलटी द्वारा न निकल सकती हो, तो कुछ न करो; तुरन्त ही डाक्टर को बुला लो। यदि डाक्टर निकट न हो, उलटी लाने वाली औषधि न दो। अच्छी बात यह है कि रोगी को दाल भात या और कोई ऐसा मोटा और गाढ़ा भोजन बहुत सा खिलाया जाए। इस प्रकार निगली हुई वस्तु भोजन में बैठ जाएगी और बिना किसी प्रकार की पीड़ा के पाख़ाने के साथ बाहर निकल आएगी।

यदि सूई निगली गई हो, तो वह इसी प्रकार बाहर निकाली जा सकती है। हाँ इतनी सावधानता अवश्य करनी चाहिये कि जब तक भोजन बहुत सा न खिला दिया जाए, कोई दस्त लाने वाली औषधि न दी जाए॥

दम घुटना—बटन या पैसे आदि के निगलने से भी दम घुटने लगता है और दम घुटने का यह भी कारण हो सकता है कि मछली की हड्डी या और कोई वस्तु कंठ में अटक रही हो। यदि ऐसी अवस्था हो और न उसे उँगली डाल कर बाहर निकाल सकें और न ही दबा कर नीचे उतार सकें, तो प्रायः बहुत से चावल या रोटी खा लेने से या ठंडा जल बहुत सा पी लेने से वह वस्तु नीचे उतर जाएगी।

यदि संगमरमर, अखरोट या कोई ठोस वस्तु बच्चे के साँस लेने की वायु प्रनाली में अटक जाए, तो बालक का मुँह नीचा करके उसे उठाए रखो और उसकी पीठ पर धीरे धीरे थपेड़े मारो, ताकि जो वस्तु अटकी हुई हो, निकल आए॥

आँख में चूना या किसी और वस्तु का पड़ जाना—जल में सिरका मिला कर आँख को

भीतर और बाहर से अच्छी तरह धो दो, ताकि सारा चूना निकल आए।

यदि कोई छोटा सा कंकर आँख में पड़ जाए तो नीचे के पपोटे में से उसे सहज में निकालने की यह रीति है कि पपोटे को नीचे करो और शुद्ध कपड़े का एक टुकड़ा लो और उसको मरोड़ कर बत्ती सी बना लो और नोक आँख में डाल कर कंकर को निकाल लो, या उँगली के सिरे को तनिक तेल या ग्लिसरीन में भिगो कर उस कंकर को निकाल लो।

परन्तु यदि कोई वस्तु ऊपर के पपोटे में दाखिल हो जाए, तो उसका निकालना ऐसा सहज नहीं। इसके लिये सब से अच्छा उपाय यह है कि कोई कड़ी वस्तु जैसे पेंसिल या लकड़ी का साफ़ और चिकना सा टुकड़ा पपोटे के ऊपर के भाग पर बाहर को दबा कर रखो और फिर पलकों को पकड़ कर पपोटे को पेंसल या लकड़ी के गिर्द उलट दो ताकि भीतर का भाग बाहर आ जाए। कंकर

पपोटे में चिपका हुआ हो तो उसे निकाल लो; परन्तु यदि दिखाई न देता हो, तो आँख में शुद्ध ग्लिसरीन की एक दो बूँद डाल दो। इससे आँखों से इतना जल निकलेगा कि कंकर आदि भी निकल जायँगा। एक और उपाय यह है कि आँखों को ठंडे पानी में रखकर बार बार खोलो और बंद करो। इस रीति से भी अटकी हुई वस्तु निकल जायगी।

जब आँख में लोहे का कोई छोटा सा टुकड़ा पड़ जाए, तो थोड़ा सा ज़ैतून का तेल या कास्ट्राइ आँख में डालकर आँख बंद कर दो और रूई का गल्ला गद्दी बनाकर, ऊपर रख पट्टी बाँध दो और रोगी को डाक्टर के पास ले जाओ॥

कान में किसी वस्तु का अटक जाना—यदि कान में कोई वस्तु पड़ जाए, तो अच्छा उपाय यह है कि उसे छेड़ो मत। वह स्वयम् बाहर निकल जाएगी; परन्तु यदि उस वस्तु से पीड़ा होने लगे, तो कान में गरम जल डाल दो, ताकि वह तैर कर बाहर

निकल आए । पिचकारी मत करो, कान के भीतर कोई सलाई दाखिल न करो, किन्तु डाक्टर से चिकित्सा करवाओ। यदि कोई वस्तु कान में अटकी हुई हो, तो अत्यन्त सावधानता रखनी चाहिये। कहीं ऐसा न हो कि वह वस्तु आगे धस जाए और कान के परदे पर दबाव डाल कर बड़ी सूजन पैदा कर दे, जिस से मनुष्य सदा के लिये बहरा हो सकता है।

यदि नाक में कोई वस्तु चली जाए—तो बल से सिनकने से वह प्रायः निकल जाती है। या नसवार या मिर्च सुँघाओ कि इससे रोगी को छींकें आएँ या नाक की राह जल भीतर चढ़ाओ या नथनों में पिचकारी करो ॥

विष—विष कई भाँति का है। परन्तु साधारण व्यवहार के लिये इतनी बात ही याद रक्खो कि यह दो प्रकार का है। एक जलन पैदा करने वाला विष और दूसरा नींद लाने वाला विष ॥

जलन पैदा करने वाले विष को प्रायः सहज ही मालूम कर सकते हैं, क्योंकि उससे होठ, मुँह और जीभ जलने लगती है या यह सब काले पड़ जाते हैं और रोगी पीड़ा से व्याकुल हो जाता है ॥

नींद लाने वाले विष का प्रभाव दिमाग़ पर होता है। इससे या तो मनुष्य मूर्छित या अचेत हो जाता है या पागलों की तरह बकने लगता है।

विष की चिकित्सा—जब यह मालूम हो जाए कि इस मनुष्य को विष दिया गया है, तो ये तीन बातें करनी चाहियें:—

(१) डाक्टर को बुलाना चाहिये।

(२) उलटी करा कर विष निकालने का यत्न करना चाहिये।

(३) विष नाशक औषधि देनी चाहिये, ताकि विष अधिक हानि न करे।

(४) जिस तरह हो सके, रोगी को मरने से बचाना चाहिये।

उलटी कराने का सबसे अच्छा उपाय यह है कि या तो उलटी लाने वाली औषधि दी जाए या किसी जन्तु के पर, महीन बुर्श या उँगली से कंठ को सहलाया जाए॥

उलटी लाने वाली औषधियाँ—जब मुँह और होठों पर किसी जलाने वाली तीक्ष्ण औषधि के दाग हों, तो उलटी लाने वाली औषधि कदापि नहीं देनी चाहिये। बड़ी बड़ी उलटी लाने वाली औषधियाँ यह हैं:—गरम पानी के बड़े बड़े घूंट, गरम पानी के गलास में नमक एक बड़ा चमचा या राई का एक मध्य परिमाण का चमचा डाल कर पीना चाहिये, गरम जल में इपीकाक्काना शराब (Ipecacuanha) या पौडर के एक दो बड़े चमचे डालकर पीना और यदि अधिक उलटी लानेवाली औषधि की आवश्यकता हो तो तांबे या जस्त का सल्फ़ेट (Sulphate of copper or zinc) देना चाहिये।

उल्टी कराने के पश्चात् यदि हो सके तो मालूम करो कि कौनसा विष दिया गया है और फिर उसके अनुसार विष नाशक औषधि दो।

साधारण सूचनाएँ—यदि रोगी बोल सकता हो तो पूछो कि तुम्हारे मुँह का स्वाद कैसा है। क्या सिरके या नींबू के रस की तरह खट्टा है या सोडे या चूने के स्वाद की तरह कड़वा, चरपरा, और झलदार।

यदि खट्टा है तो किसी प्रकार की सज्जी विष नाशक औषधि है। यदि कड़वा हो तो खट्टी वस्तुएँ उपयोगी होंगी।

अर्थात् यदि स्वाद खट्टा हो तो मेगनिशिया (Magnesia) दो या खड़िया मिट्टी और जल या दीवार का पलस्तर जल में घोल कर या साबुन का पानी या चूना या पोटाश (Potash) या कार्बोनिट आफ़ सोडा (Carbonate of Soda) को बहुत से जल में घोल कर दो और यदि इन में से कोई

वस्तु भी न मिल सके तो दूध ही पिलाओ। यदि स्वाद कड़वा हो तो सिरका, नारंगी या नींबू का रस या टार्टरिक एसिड (Tartaric acid) जल में घोल कर दो या बहुत सा ज़ैतून का तेल पिलाओ।

रोगी को होश में लाना—यदि रोगी बोल न सकता हो और नींद के मारे ऊँघता हो या बेहोश हो, तो सब से आवश्यक बात यह है कि उसके सिर और मुख पर ठंडे जल के छींटे देकर उसे होश में लाओ और होश में रखने के लिये उसे गरम गरम कहवा पिलाओ या टहलवाओ। यदि उससे कुछ लाभ न हो और साँस रुकने लगे, तो उसकी छाती को ठंडे भीगे हुए तौलिये से अच्छी तरह रगड़ो और डूबे हुए मनुष्य को साँस दिलाने के लिये जो रीतियें वर्णन की गई हैं, उनको बरतो।

ऊपर वर्णन हो चुका है कि कुछ डूबे हुए मनुष्य चिरकाल तक मुर्दों का तरह पड़े रहते हैं

और इस रीति से उन्हें होश आ जाता है। इसी तरह यह रोगी भी यद्यपि देखने में मुर्दा सा दिखाई देता हो, तो भी होश में आ सकता है।

साधारण विष—इन साधारण सूचनाओं को छोड़ कर कुछ ऐसे विषों के विषय में जो हिन्दुस्तान में बहुत बरते जाते हैं, हमें कुछ अधिक ज्ञान होना चाहिये जैसे संखिया, अफ़ीम, धतूरा आदि।

इन में से **संखिया** तो प्रायः मार डालने के लिए बरता जाता है। इसका न कोई विशेष रूप होता है और न स्वाद। इस लिये इसको सहज में और वस्तुओं के साथ मिला सकते हैं और पता नहीं लग सकता।

अफ़ीम—अधिकतर आत्म-हत्या या कन्या हत्या के लिये बरती जाती है।

धतूरे—को मनुष्य डकैती के छुपाने के हेतु बरतते हैं और कभी कभी मार डालने की नीयत से भी देते हैं।

संखिये का विष—चिकित्सा—विष-नाशक वस्तुएँ (संखिये में सुम्बल खार, हड़ताल और मन्सिल भी शामिल हैं)।

चिह्न—संखिया खाने के प्रायः आध घंटा या घंटा पीछे यह चिह्न प्रकट होने लगते हैं:—नीले या काले रंग की उल्टी, आमाशय में जलन और पीड़ा, सख़्त पियास और दस्त। कभी शरीर बहुत ठंडा हो जाता है और कमेड़े आते हैं और ऊँघ आती है।

चिकित्सा—यदि रोगी को स्वयं ही विष के कारण उल्टी आती हो, तो बहुत सा गरम जल पिलाओ ताकि और भी अधिक उल्टी आए और यदि उल्टी न आ रही हो, तो जब तक उल्टी न आए, बराबर पाव घंटे के बाद राई या नमक पानी में घोलकर पिलाते रहो। यदि इस उपाय से और गले में उँगली आदि डालने से भी उल्टी न आए तो पाव घंटे पीछे इपीकाक्काना पौडर (Ipecacuanha powder) ५ ग्रेन और बालक के

लिये चाय का चमचा भर इपी का काना वाईन (Ipecacuanha wine) दो। उल्टी करने के पश्चात् विषनाशक औषधि दो।

ताज़ा दूध या ताज़ा दूध और तेल, अंडों की सुफ़ेदी या अलसी के दानों की चाय, या चूने का पानी और तेल। फिर थोड़ी देर पीछे कस्ट्राइल या काला दाना दो॥

ताँबे की देगचियाँ—ताँबे की देगचियों और बरतनों के हरे ज़ंगार से भी विष चढ़ जाता है। इनके चिह्न और चिकित्सा लगभग वैसी ही है जो संखिये के विषय में वर्णन की गई है॥

अफ़ीम—चिह्न और चिकित्सा—अफ़ीम के विष में संखिये की तरह उल्टी तो नहीं आती; परन्तु नींद सदा बहुत आती है। अफ़ीम खाने के आध घंटा या घंटा पीछे यह चिह्न प्रकट होने लग जाते हैं:—नींद या बेहोशी बहुत हो जाती है। आँखों की पुतली छोटी हो जाती है। पसीना बहुत आता

। शरीर चिपचिपा हो जाता है, परन्तु उलटी कभी ही आती है। इसकी सब से अच्छी चिकित्सा यह है कि शीघ्र उलटी लाने वाली औषधि दो और पाव पाव घंटे पीछे यह औषधि देते रहो, यहाँ तक कि या तो आमाशय बिल्कुल खाली हो जाए या उलटी के साथ जो निकले, उसमें अफ़ीम की दुर्गन्धि न हो। जब उलटी हो चुके तो बीस बीस मिनट के पीछे तेज़ कहवा पिलाओ, यहाँ तक कि रोगी आँख खोल दे। उसको जगाए रखने के लिये उसके मुँह पर ठंडे जल के छींटे दो या रोगी को टह-लाते रहो॥

धतूरा—चिह्न, चिकित्सा—धतूरा पीने के बाद दस पाँच मिनट से लेकर तीस मिनट पीछे ही नीचे लिखे चिह्न प्रकट होने लग जाते हैं:-गाढ़ी नींद आ जाती है, आँख की पुतली फैल जाती है, सिर में चक्कर आने लगते हैं, रोगी पागल और बेहोश सा हो जाता है; परन्तु उलटी कभी ही आती है।

इस अवस्था में रोगी को सब से पहिले उलटी कराओ। परन्तु यदि उसके गले में कोई भी वस्तु न जा सके, तो तीन चार मिनट नक माशकी की मशक से उसके सिर और रीढ़ की हड्डी पर जल की धारा डलवाओ और जब उसको होश आ जाये, तो उलटी लाने वाली औषधि दो। यदि रोगी बहुत ही निर्बल हो जाए तो उसे घंटे घंटे के पीछे एक एक छटांक रम शराब दो और यदि निर्बलता से मर जाने का भय हो, तो और भी जल्दी जल्दी दो। यदि एक दिन प्राण बच जायें, तो आधी छटाँक कास्टराइल या काले दाने के तीस या चालीस दाने दस्त लाने के लिये दो।

याद रहे कि धतूरे के दाने देखने में गोल मिर्च की तरह होते हैं, परन्तु जिस भोजन में मिलाए जायें, उसे कड़वा कर देते हैं॥

एकोनाइट विष (Aconite) के चिह्न और चिकित्सा–इस विष के चिह्न कोई पंद्रह मिनट के

पीछे दिखाई देने लगते हैं। पहिले मुँह और गले में और फिर हाथ और पाँव में ठिठरापन और सनसनाहट पैदा हो जाती है। मुँह में झाग आ जाते हैं, नींद आने लगती है, कभी कभी कमेड़े आते हैं, रोगी वाही तबाही बकने लगता है, या फ़ालिज हो जाता है।

इस विष के लिए भी सब से आवश्यक बात यह है कि उलटी लाने वाली औषधि देकर उलटी करवाई जाय, फिर जब विष खाये हुय आध घंटा हो जाय, तो आधी छटाँक कस्टराइल दो, या दूध में अरंड के बीज के दो दाने डाल कर पिलाओ। यदि रोगी बहुत निर्बल हो जाय, तो पाव पाव घंटे के पीछे रम शराब या गरम गरम तेज़ चाय देनी चाहिये, और यदि ये वस्तुएँ न मिल सकें, तो गरम पानी में दो रत्ती कत्था मिला कर देना चाहिये। यदि हाथ पाँव ठंडे होने लगें या उनमें कमेड़े आने लगें, तो उनको गरम कपड़ों से रगड़ना चाहिये ॥

कुचलों (Nux Vomica) **के विष के चिह्न और चिकित्सा**–इस विष के चिह्न पाव घंटे के पीछे प्रकट होने लगते हैं। हाथ पाँव ऐंठने लगते हैं और सख़्त कमेड़े आते हैं और प्रायः जबड़े बंद हो जाते हैं। यह थोड़ी देर के लिये बंद होजाते हैं और फिर होने लगते हैं। इसकी चिकित्सा यह है कि तुरन्त उलटी लाने वाली औषधि दी जाए। फिर हड्डियों का कोयला एक औंस जल में घोल कर दिया जाए। यदि चाय, अल्सी के दानों की चाय या कत्थे का जोशांदा बहुत सा पिलाएँ तो लाभ होगा। कमेड़ों को दूर करने के लिये अफ़ीम या क्लोरोफ़ार्म या तंबाकू के रस की थोड़ी थोड़ी मात्रा देना उपयोगी होगी॥

कार्बोलिक एसिड (Carbolic acid) होठों और मुँह पर प्रायः धब्बे पड़ जाते हैं, ज्ञान तन्तुओं के विकार के चिह्न प्रकट होते हैं, और साँस की दुर्गन्धि से

प्रत्यक्ष इस विष का पता लग जाता है। चिकित्सा यह है कि दूध पिलाया जाए। आध सेर दूध में सवा तोला एपसम सालट (Epsom salt) घोल कर पिलाएँ। कोई उल्टी लाने वाली औषधि नहीं देनी चाहिये; परन्तु कोई शांत करने वाली वस्तु जैसे सलाद का तेल या कच्चे अण्डे दिये जायें॥

मांस, मछली या खुंबी से विष—चिह्न यह हैं—उल्टी, दस्त, कालिक (Colic) अर्थात् वायु शूल, बड़ी निर्बलता, सिर दर्द, तप हो जाना, नाड़ी का बहुत तेज़ चलना। तुरन्त ही उल्टी लाने वाली औषधि देनी चाहिये और जब उसका असर हो चुके तो उसके पीछे कस्टराइल की एक मात्रा दी जाए। यदि ग़श हो, तो इसका उपाय जैसे पहिले वर्णन किया है, करो।

उल्टी या जिस भोजन में विष की शंका हो उसे ध्यान से सँभाल कर रक्खो। जिन बरतनों में वह भोजन रक्खा हो, उन्हें धो न डालो॥

पाँचवाँ अध्याय।

रोगों के चिह्न और आरम्भिक चिकित्सा। ब्रौंकाई-टिस (फेफड़ों की सूजन) हैजा, कालिक, कब्ज़, कमेड़े आना, हब्बा डब्बा (बच्चों की सख्त खाँसी और गले को सूजन) दस्त, तप, बारी का तप और चेचक।

जब कोई मनुष्य एकाएकी रोगी हो जाए तो इस बात का ज्ञान कि इस समय हमें क्या करना चाहिये और वह किस प्रकार करना चाहिये ऐसा ही आवश्यक है जैसा कि उन उपायों का ज्ञान जो चोट चपेट के लग जाने या और घटनाओं के होने पर, जिन का वर्णन हम ऊपर कर आए हैं, उपयोगी होता है॥

रोग के चिह्न—सब से आवश्यक बात यह है कि हम एक रोग को दूसरे रोग से पहिचान सकें। इस प्रयोजन के लिये हमें चिह्नों को देखना चाहिये। प्रत्येक रोग के कुछ न कुछ विशेष चिह्न

होते हैं । इन चिह्नों का जानना और स्मरण रखना ऐसा ही आवश्यक है जैसे रोग की चिकित्सा का ज्ञान ॥

आरम्भिक चिकित्सा–स्मरण रहे कि जो उपाय यहाँ लिखे जाते हैं, वे केवल इस लिये हैं कि रोग के आरम्भ में जब तक डाक्टर न आए, उनसे लाभ उठाया जाय । यह भी हो सकता है कि यदि यह उपाय ठीक रीति से किये जायें, तो रोगियों के प्राण बच जायँ। परन्तु लम्बे रोगों में प्रति दिन यही उपाय करते जाना उपयोगी नहीं ।

हमने यहाँ केवल थोड़े से ऐसे रोग वर्णन किये हैं, जिनमें असावधानता करना ठीक नहीं । इनकी चिकित्सा तुरन्त ही आरम्भ होनी चाहिये ।

ब्रौंकाईटिस (Bronchitis) फेफड़ों की सूजन–इसमें फेफड़ों की नालियों के अन्दर का पर्दा सूज जाता है । इनके चिह्न आरम्भ में वही होते हैं, जो साधारण ज़ुकाम के; परन्तु पीछे से बलग़मी तर

खाँसी, तप, और व्याकुलता हो जाती है और साँस के साथ खरखर का शब्द सुनाई देने लगता है। यदि इसका उसी समय उपाय किया जाए, तो शायद केवल बड़ी बड़ी ही नलियाँ सूजने पाएँ। परन्तु यदि असावधानता की जाए तो सूजन छोटी नालियों तक पहुँच सकती है और फिर बहुत जोखों की अवस्था हो जाती है ॥

चिकित्सा—रोगी को लिटा दो। उसे फ़लालैन के ही सब कपड़े पहनाओ और तकिया रख कर उसका सिर कुछ ऊँचा करदो। इपीकाक्काना(ipecacuanha) की उलटी लाने वाली औषधि दो और छाती के आगे और पीछे चोकर की पुल्टिस की बड़ी बड़ी थैलियाँ बाँधो। एक लंबी टूँटी वाली केतली में पानी डाल कर आग पर रक्खो, इस तरह कि उसमें से निकल निकल कर गरम भाप कमरे के भीतर दाख़िल होती रहे और कमरे की हवा को सीला और गरम करती रहे। यदि लम्बी टूँटी वाली केतली

न मिल सके, तो मोटे भूरे रंग के काग़ज़ को लपेट कर प्रयोजनीय रूप की नाली बनालो और साधारण केतली की टूँटी के आगे लगा दो ॥

हैज़े के चिह्न यह हैं:—

(१) बहुत से दस्त जिनका रंग पहिले साधारण होता है, परन्तु शीघ्र ही उनका रूप चावलों की पीछ सा हो जाता है ॥

(२) उल्टी बहुत आनी।

(३) सख़्त प्यास।

(४) कमेड़े आना।

(५) पेशाब बन्द हो जाना।

(६) शीघ्र ही ठंडा हो जाना और दुबला पड़ जाना।

चिकित्सा—रोगी को गरम बिस्तर पर लिटाओ। पाँव पर और बगलों में गरम पानी की बोतलें रक्खो। सरदी से बचाओ और प्यास बुझाने के लिये थोड़े थोड़े सोडावाटर या आश जौ में बर्फ़ डाल कर पिलाओ। जिन अंगों में कमेड़े आते हों, उन

पर सोंठ के चूर्ण की अच्छी तरह मालिश करो। जब तक दस्तों का रँग साधारण रहे, पन्द्रह बूँद क्लोरोडाइन (Chlorodyne) या बीस बूँद टिंकचर आफ़ ओपियम (Tincture of Opium) थोड़े से जल में मिला कर एक बार देना चाहिये। जब तक नाड़ी खासी अच्छी चलती रहे, तब तक प्रत्येक दो घँटे के पीछे लम्बी कोमल नलकी द्वारा सवा पाव से ढाई पाव तक गरम पानी में डेढ़ ड्राम नमक मिला कर उसे धीरे धीरे गुदा मार्ग से दाख़िल कर दो, ताकि शरीर में से जो नमकीन तत्त्व और रस निकल गए हैं, इससे उनकी कमी पूरी हो जाए।

पीने की सब से अच्छी औषधि यह है कि छः ग्रेन परमैंगानेट आफ़ पोटाश (Permanganate of potash) या उससे अच्छा इतना ही परमैंगानेट आफ़ कैलसियम (Permanganate of Calcium) ढाई पाव पानी में मिलाकर दो या तीन औंस की मात्रा में और जितनी बार रोगी सहज में पी सके, उतनी बार

पिलाते रहो। यही औषधि पानी के साथ या बिना पानी के गोली बनाकर भी दे सकते हैं।

जब रोग के चिह्नों में कमी होने लग जाय, तब इस सावधानता की अत्यन्त आवश्यकता है कि दस्तों के रोकने का यत्न न किया जाए। न दूध पिलाओ, और न शोर्बा दो। पतला अरारूट और कार्नफ़्लौर (Cornflour) दिया जाए। पीछे से जब दस्तों का ज़ोर घट जाए तो दूध फटा कर उस का पानी पिला सकते हैं। शराब किसी तरह से भी नहीं देनी चाहिये; परन्तु जब तीव्र रोग के चिह्न जाते रहें, तो साल वौलेटाइल (Sal volatile) अवश्य देना चाहिए॥

कालिक—(Colic) नाभि के निकट पेट में पीड़ा होती है, परन्तु बुख़ार नहीं होता। रोगी अपनी टाँगों को ऊपर की ओर खेंच लेता है या उनको आगे की ओर मोड़ता है या किसी कड़ी वस्तु से पेट को दबाता है कि पीड़ा थम जाए॥

चिकित्सा—रोगी यदि युवा हो, तो एक चमचा कस्ट्राइल (Castor oil) में लाडेनम (Laudanum) अर्थात् अफ़ीम के सत की १५ बूँदें डाल कर पिलाओ। यदि बालक हो तो एक चमचा ज़ीरे या । सौंफ़ के अर्क में शोरे के मीठे सत की (Spirit of nitre) १० बूँदें डाल कर दो। रोगी को बिस्तरे पर लिटा दो और आमाशय को सेंको।

कबज़—इसका तात्पर्य यह है कि अँतड़ियाँ बहुत देर पीछे या अधूरी रीति से काम करती हैं। यदि रोग बहुत दिनों तक रहे, तो इससे सूजन पैदा हो जाती है, जिससे मनुष्य मर जाता है॥

चिकित्सा—सब से बेजोख उपाय यह है कि केवल गरम जल का या गरम जल और साबून का एनीमा (Enema) पिचकारी कराई जाए। यदि रोगी बालक हो, तो एक चमचा ग्लिसरीन का एनीमा कराया जाए॥

बच्चों में कम्मेड़े—कई अवस्थाओं में कुछ समय पहिले ही ऐसे चिह्न दिखाई देते हैं जिन से प्रकट होता है कि रोग का दौरा होने वाला है, जैसे मुख का ऐंठना, सोते बालक का चौंक पड़ना, उँगलियों का मुड़ कर अँगूठे पर आ जाना आदि। परन्तु कभी कभी बच्चों में यह रोग एका एकी हो जाता है। मुख पर मुर्दनी छा जाती है, इधर उधर आँखें फेरता है और आँखें फाड़ फाड़ कर देखता है, साँस अनियमित हो जाता है और रुक रुक कर आता है, शरीर अकड़ जाता है और हाथों की मुट्ठियाँ बंद हो जाती हैं॥

चिकित्सा—यदि बालक को बहुत बुख़ार न हो, तो उसे तुरन्त गरम जल से नहला दो। इसके पीछे उलटी कराने के लिये इपीकाकाना शराब (Ipecacuan-ha wine) का एक छोटा चमचा पाव पाव घंटे के पीछे दिये जाओ, यहाँ तक कि उलटी आजाए। यह यत्न करो कि दस्त आने लगें, चाहे एनीमा (Enema) द्वारा चाहे एपसम साल्ट (Epsom salt) या सना देने से।

जब रोग का दौरा हो चुके तो बालक को ठंडी हवा में रक्खो और प्यार दिलासा देकर उसे सुला दो।

यदि बुखार बहुत तेज़ हो, तो बालक को तुरन्त ही गरदन तक गरम पानी में बिठा दो चाहे कपड़े पहिने हुए हों या नहीं और इस गरम पानी में थोड़ा थोड़ा ठंडा पानी मिला कर शीतल करो और उसके शरीर पर भी ठंडा पानी डालते रहो, यहाँ तक कि बालक को होश आ जाए ॥

हब्बा डब्बा—(Croup) चिह्न-कभी कभी हलके से जुकाम या खाँसी के साथ हलका सा बुखार हो जाता है और गले में से एक विशेष प्रकार का शब्द निकलता है जो बहुत कुछ मुर्गे के शब्द से मिलता है। इसका कारण यह होता है कि जब बालक साँस लेता है तो हर साँस के साथ कंठ का सूराख़ एकाएकी ज़ोर से बन्द हो जाता है। कभी कभी रोग का दौरा बिना किसी चिह्न के हो जाता है ॥

चिकित्सा—पाव पाव घंटे के पीछे बालक को इपीकाक्काना (Ipecacuanha) की उलटी लाने वाली औषधि दो, यहाँ तक कि उसे उल्टी आ जाए। दस मिनट तक बालक को गरम जल में बिठाए रक्खो। फिर उसका शरीर अच्छी तरह सुखा लो और उसे फ़लालैन या और किसी ऊनी कपड़े में लपेट लो और बिस्तरे पर लिटा दो। कमरे की हवा को गरम और सीला रखने के लिये वही उपाय करो जो ब्रौंकाईटिस (Bronchitis) की चिकित्सा के विषय में वर्णन किये हैं अर्थात् एक देगची में जल गरम रख दो और उसकी भाप को कमरे की सूखी हवा में मिलने दो। यदि हो सके तो गरम जल का बरतन बालक के पास लाओ ताकि गरम गरम भाप साँस के साथ उसके कंठ में जाये। यदि गरम जल में स्पंज रख कर निचोड़ लें और फिर उससे गले के गिर्द टकोर करें तो बहुत लाभ होगा॥

दस्त लगना–(Diarrhoea) इसके चिह्न सब जानते हैं। बार बार दस्त आते हैं और बहुत पतले दस्त आते हैं॥

चिकित्सा–रोगी को बिस्तर पर लिटा दो और पेट को गरमी पहुँचाओ। यदि अँतड़ियों में किसी जलन पहुँचाने वाली वस्तु के दाखिल होने के कारण दस्त आते हैं और उनके साथ पीड़ा भी है, तो बालक को छोटा चमचा भर कस्ट्राइल पिला दो, या सिरप आफ़ रुबार्ब (Syrup of rhubarb) अर्थात् रेंवदचीनी का शरबत और युवा अवस्था के रोगी को बड़ा चमचा भर कस्ट्राइल और उसमें १५ बूंदें लाडेनम (Laudanum) की मिला कर दो।

यदि सरदी लगने के कारण दस्त आते हों, तो युवा मनुष्य को तीन तीन चार चार घंटे के पीछे लाडेनम (Laudanum) या क्लोरोडाइन (Chlorodyne) की दस दस बूँदें दे सकते हैं।

परन्तु याद रक्खो सख़्त कबज़ करने वाली औषधि जैसे लेड (Lead) या काइनो (Kino) बिना डाक्टर की आज्ञा के नहीं देनी चाहिये। हो सकता है कि इन औषधियों से दस्त और भी अधिक आने लग जाएँ या अँतड़ियों में सूजन हो जाए। यदि छोटे बालक को दस्त बहुत आएँ, तो कई घंटे (कम से कम १२ से २४ घंटे) दूध बिलकुल बंद कर देना चाहिये। इसकी जगह एक एक घंटे के पीछे या इसके लग भग थोड़ी मात्रा में जौ का पानी या अंडे की सुफ़ेदी पानी में मिला कर देनी चाहिये। बड़ी अवस्था के बच्चों के लिये भी यही रीति बर्तनी चाहिये। परन्तु उन्हें उबाला हुआ दूध और जौ का पानी मिला कर दे सकते हैं।

दस्तों के रोग में ग़फ़लत कभी न करो, सदा डाक्टर को दिखाओ।

पेचिश-(Dysentery) अर्थात् बड़ी या नीचे की अँतड़ियों की गिल्टियों की सूजन। इसके चिह्न मरोड़े के दस्तों के चिह्नों से मिलते हैं और जूँ जूँ बार बार दस्त आते हैं, पेचिश बढ़ती जाती है, यहाँ तक कि अन्त में लहू और आँव आने लगती है, और वह भी बहुत पीड़ा से और ज़ोर लगाने से।

चिकित्सा-रोगी को बिस्तर पर लिटा दो और इस बात का ध्यान रक्खो कि वह किसी काम के लिये भी बिस्तर से न उठने पाए और जब कभी दस्त लाने की आवश्यकता हो, तो बिस्तर पर ही बेडपैन (Bed Pan) अर्थात् बिस्तर पर लेटे लेटे पाख़ाना फिरने का बर्तन रख कर पाख़ाना फिरे।

सब प्रकार का ठोस भोजन बंद कर दिया जाए और उसकी जगह जौ का पानी, अंडे की सुफ़ेदी, फटे हुए दूध का पानी या चावलों की पीच थोड़ी थोड़ी मात्रा में कई बार दी जाए। यह भोजन ज़रा गरम दिये

जाएँ। इसके विपरीत यदि बहुत गरम या बहुत ठंढे दिये जाएँ, तो यह दस्त लाने में उत्तेजक होते हैं।

रोग के आरम्भ होते ही एक बड़ा चमचा कस्टराइल बीस बूंद लाडेनम (Laudanum) के साथ मिला कर देना चाहिये। इसके पीछे या तो इपीका-क्काना पौडर की एक बड़ी मात्रा या एपसम साल्ट (Epsom salt) की कई मात्राएँ दी जाएँ। यदि इपीकाक्काना दिया जाए, तो तीन घंटे तक किसी तरह का भोजन न दिया जाए।

फिर लाडेनम (Laudanum) की बीस बूंदें थोड़े से जल में मिलाकर पिलाओ और आमाशय पर राई का पलस्तर लगाओ। बीस मिनट में बीस ग्रेन इपीकाक्काना आधे औंस जल में तैरा कर दिया जाए; परन्तु यह ध्यान रहे, कि रोगी चित लेटा रहे, इधर उधर न फिरे, नहीं तो सारी की सारी औषधि बाहर निकल आएगी। यदि नमक दिये जाएँ, तो अच्छी बात यह है कि एक ड्राम सलफ़ेट आफ़ सोडा (Sul-phate of soda) या वह न हो, तो एक ड्राम सलफ़ेट

आफ़ मैगनीशिया (Sulphate of Magnesia) थोड़े से गरम पानी में मिला कर दो, जब तक कि दस्त न आने लगें। फिर इसके पीछे यही औषधि काफ़ी मात्रा में जारी रक्खो, जब तक कि लहू और आँव बंद न हो जाएँ। यदि तनिक भी शङ्का हो कि मलेरिया बुख़ार है, तो पाँच पाँच ग्रेन कुनीन प्रति दिन दो बार देनी चाहिये।

बालकों को कस्ट्राइल का इमलशन (Castor oil emulsion) या सलफ़ेट आफ़ सोडियम (Sulphate of sodium) की छोटी छोटी मात्राएँ दो। बेल फल का रस (Bæl drink) देना भी लाभदायक है। पेचिश का उपाय तुरन्त ही करना चाहिए, क्योंकि देर करने से प्रायः रोग लंबा हो जाता है और मृत्यु हो जाती है।

इनफ़्लुएंज़ा (Influenza)—इस रोग में दिल का मुरझाना, शिर और पीठ में पीड़ा, सारे शरीर में पीड़ा, कंठ में जलन और खाँसी, कभी कभी

कौड़ी में पीड़ा, दस्त, उल्टी और ज़ोर का बुखार होता है। रोगी को ऐसे कमरे में जिस में वायु का आना जाना अच्छी तरह हो लिटा दो और उसे अच्छी तरह गरम रक्खो और जब तक कि टेम्परेचर कम से कम एक दिन तक बराबर नार्मल न रहे, उसे बिस्तर से बाहर न निकलने दो॥

मलेरिया बुख़ार और जाड़े का बुख़ार—इसके चिह्न सब जानते हैं। सिर, टाँगों और धड़ में पीड़ा होती है। रोगी को पहिले सरदी और फिर गरमी मालूम होती है। अभी कपकपाता था और अभी बुखार की गरमी मालूम होने लगी।

चिकित्सा—रोगी को बिस्तर पर लिटा कर अच्छा गरम कपड़ा उढ़ा दो। कोई दस्त लाने की औषधि दो। जैसे कस्ट्राइल या काला दाना क्रीम आफ़ टार्टर मिक्सचर (Cream of tartar mixture)। दस्त हो जाने के पीछे पाँच ग्रेन कुनीन दो। कपकपी के समय नींबू के गरम गरम

रस में थोड़ी सी सोंठ या अदरक डाल कर दो। अधिक टेम्परेचर होने पर ठंडा जल सिर पर लगाओ और पीने को भी दो। जब पसीना आने लग जाए तो गरम गरम चाय या कहवे का एक प्याला पिलाओ और पाँच या दस ग्रेन कुनीन दिन में दो तीन बार दो। यदि यह किसी एसिड, जैसे लाइमजूस (नींबू का रस) में मिला कर दी जाए, तो बहुत लाभ होगा।

यदि किसी ऐसे ज़िले में रहना पड़े, जो स्वास्थ्य के लिए अच्छा न हो, तो प्रतिदिन नियमानुसार तीन से पाँच ग्रेन तक कुनीन खा लिया करो। साँझ को खाना अच्छा है।

यदि कब्ज़ हो या जिगर में कोई विकार हो, तो रात को पाँच ग्रेन की बिल्यूपिल (Blue pill) खाकर सो जाओ और दूसरे दिन सवेरे तीन ड्राम सलफ़ेट आफ़ मेगनिशिया (Sulphate of Magnesia) या एपसमसाल्ट (Epsom salt) पी लो।

बालकों को कुनीन की जगह यूकुनीन (Euquinine) जो बिल्कुल बे स्वाद होती है, दे सकते हैं या ककेओ के मक्खन में मिला कर कुनीन दी जा सकती है। या रोटी और मक्खन का एक ग्रास खिलाने के पीछे (ताकि मुँह चिकना हो जाए) एक चमचा दूध में कुनीन घोल कर दे सकते हैं। एनीमा (Enema) द्वारा भी कुनीन भीतर दाखिल कर सकते हैं।

ताऊन—(Plague) यह रोग इस प्रकार पहिचाना जाता है कि इसके चिह्न अत्यन्त शीघ्रता और तीव्रता से प्रकट होते हैं, जैसे ज़ोर का बुख़ार, दिल का मुर्झाना, सिर की पीड़ा, उल्टी, मुख और आँखों का लाल हो जाना, मुख का उतर जाना, शराबी और चरसी की तरह मन का निर्बल और अस्थिर होना। इन चिह्नों के साथ ही चड्ढे, बगल, गर्दन में छोटी छोटी कोमल गिल्टियाँ निकल आती हैं और कभी कभी फेफड़े में भी

सूजन के चिह्न प्रकट हो जाते हैं । इन गिल्टियों से बहुत भय करना चाहिये; क्योंकि इनकी छूत से दूसरों को भी यह रोग हो जाता है ।

चिकित्सा यह है कि रोगी को बाहर खुली हवा में लिटाओ या अच्छे हवादार कमरे में रक्खो और उसको बिस्तरे पर ही बिल्कुल चैन से पड़ा रहने दो, जब तक कि उसमें बल न आ जाए । उसकी सेवा अच्छी तरह होनी चाहिये । कई बार शीघ्र पच जाने वाला भोजन दो और जो औषधि डाक्टर बतलाए देते रहो ।

चेचक—इसके चिह्न यह हैं—बुखार, कपकपी, जी मतलाना, सिर और पीठ में पीड़ा । तीसरे दिन छोटे छोटे लाल दाने जिन्हें चेचक कहते हैं निकलने लग जाते हैं । पहिले हाथ और मुँह पर, फिर कलाइयों पर, फिर शेष सारे शरीर पर और टाँगों पर । चेचक के दाने पहले दो दिन तक लाल रंग की सख़्त फुँसियाँ सी मालूम होती हैं,

पीछे से उनमें जल दिखाई देने लगता है । दो दिन पीछे प्रत्येक दाना पीला हो जाता है। वह जल पीप बन जाता है । आठवें दिन वह दाने पूरे जोर पर होते हैं ।

चिकित्सा—जब रोग के चिह्न दिखाई दें, तो सबसे पहिले यह करो कि रोगी सेवा करने वालों के सिवा और कोई मनुष्य रोगी के निकट न जाय । रोगी के लिये ठंडा और हवादार कमरा चुनो । यदि सरदी के मौसिम में रोगी को खेमे में रक्खा जाए, तो और भी अच्छा होगा; क्योंकि शीघ्र स्वास्थ्य प्राप्त करने के लिये ताज़ा वायु का होना अत्यन्त प्रयोजनीय है । रोगी को बिस्तरे पर लिटादो और उसको हलके परन्तु गरम कपड़ों से ढाँप दो । आरम्भ में ही हर एक वस्तु को डिसइन्फ़ेक्ट करो और बहुत सी डिसइन्फ़ेक्टैंट औष-धियाँ कमरे में चारों ओर हर स्थान पर उसके निकट छिड़क दो । भोजन के लिये अधिक यह वस्तुएँ दोः—जल, जल में नीबू निचोड़ कर पिलाओ,